





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## Tabla de Contenido

1	IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA.....	10
1.1	Introducción .....	11
1.2	Justificación .....	13
2	FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO.....	15
2.1	Constitución Política de Colombia.....	15
2.2	Ley 115 de 1994: Ley General de Educación .....	15
2.3	Ley 181 de 1995: Ley Marco del Deporte.....	17
2.4	Decreto 2247 de 1997: Servicio Educativo Preescolar .....	20
2.5	Ley 934 de 2004:.....	20
2.6	Decreto 1290 de 2009: Evaluación del Aprendizaje.....	21
2.7	Acuerdo de 2010: Sistema Institucional de Evaluación.....	21
3	MODELO PEDAGÓGICO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO .....	22
3.1	ESCUELA NUEVA: PARA LA CONCEPCIÓN HUMANISTA, TAMBIÉN LLAMADA "DESARROLLADORA" .....	24



3.2	Desarrollismo pedagógico.....	24
3.3	PRINCIPIOS QUE DEBE ASUMIR UNA PEDAGOGÍA HUMANISTA Y DESARROLLADORA: .....	26
3.4	MODELO PEDAGOGÍA SOCIALISTA (CRÍTICO) DESDE UNA PEDAGOGIA DEL “SER” .....	26
1.1.1	Método .....	27
1.1.2	Contenidos.....	27
1.1.3	Desarrollo .....	27
1.1.4	Maestro .....	27
1.1.5	Alumno .....	27
1.1.6	Metas.....	27
3.5	MODELO DE EDUCACIÓN QUE ENFATIZA EL PROCESO.....	27
3.6	MODELO PEDAGOGICO HISTÓRICO – CULTURAL.....	28
4	PROPÓSITO GENERAL DEL ÁREA DE EDUCACION FISICA.....	30
5	PRINCIPIOS FILOSOFICOS DEL AREA .....	32
5.1	Visión del Área de Educación física, Recreación y Deportes .....	32
5.2	Misión del Área de Educación física, Recreación y Deportes .....	32
5.3	Perfil del Estudiante del Área de Educación física, Recreación y Deportes .....	32



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

5.4	Perfil del Docente .....	33
6	CONTEXTOS - FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL PEI.....	34
6.1	APORTES DE LA EDUCACION FÍSICA A LOS FUNDAMENTOS CURRICULARES.....	34
6.2	FUNDAMENTOS FILOSOFICOS .....	36
6.3	CONSECUENCIAS PARA EL CURRÍCULO .....	37
6.4	FUNDAMENTOS EPISTEMOLOGICOS.....	38
6.5	FUNDAMENTOS SOCIOLÓGICOS .....	42
6.6	EDUCACION Y SOCIEDAD .....	42
6.7	FUNDAMENTOS PSICOLÓGICOS .....	43
6.8	EL DESARROLLO HUMANO .....	43
6.9	PSICOMOTRICIDAD.....	44
6.10	LA INTELIGENCIA.....	45
6.11	SOCIO-AFECTIVA.....	45
7	OBJETIVOS GENERALES DEL AREA.....	46
8	OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL AREA .....	47
9	METODOLOGIA GENERAL DEL AREA DE EDUCACION FISICA .....	48



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

9.1	Principios Didácticos.....	48
9.2	Directivas Didácticas.....	49
9.3	Principios Metodológicos .....	49
9.4	Aspectos Metodológicos .....	51
10	EVALUACIÓN DEL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA .....	53
11	RECURSOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA .....	61
12	PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES CICLO UNO TRANSICIÓN A TERCERO.....	62
12.1	COMPETENCIAS PEDAGOGICAS DEL NIVEL TRANSICION .....	62
12.2	TAXONOMIA DE BLOOM NIVEL TRANSICION (COMPETENCIA CORPORAL) .....	63
12.3	CLASIFICACION DE ESTANDARES EDUCACION FISICA .....	65
12.4	TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA.....	68
12.5	PLAN DE AREA EDUCACION FISICA - MALLA CURRICULAR GRADOS 1º - 2º - 3º.....	71
12.6	ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERÌODO .....	74
12.7	CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÍODO .....	75
12.8	INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA.....	78
12.9	METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA.....	82



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

12.10	EVALUACIÓN EDUCACION FISICA .....	84
12.11	PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO: .....	85
12.12	PLANES DE UNIDAD GRADO TERCERO .....	87
12.12.1	PRIMER PERIODO FASE 1 GRADO TERCERO .....	87
12.12.2	PRIMER PERIODO- FASE 2 GRADO TERCERO.....	92
12.12.3	SEGUNDO PERIODO FASE 3 GRADO TERCERO .....	97
12.12.4	SEGUNDO PERIODO – FASE 4 GRADO TERCERO .....	102
13	PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO DOS: CUARTO A QUINTO.....	109
13.1	PLANES DE UNIDAD - GRADO CUARTO - PRIMER PERIODO – FASE 1 .....	110
13.2	PLANES DE UNIDAD - GRADO CUARTO -PRIMER PERIODO – FASE 2 .....	115
13.3	PLANES DE UNIDAD- GRADO CUARTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 3 .....	120
13.4	PLANES DE UNIDAD- GRADO CUARTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 4 .....	126
13.5	PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - PRIMER PERIODO - FASE 1 .....	132
13.6	PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - PRIMER PERIODO - FASE 2 .....	137
13.7	PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - SEGUNDOPERIODO – FASE 3.....	142
13.8	PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 4 .....	148



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN NÚCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

13.9	ESTÁNDARES EDUCACION FISICA .....	154
13.10	TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA.....	157
13.11	MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º- 5º) .....	159
13.12	ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERÌODO .....	162
13.13	CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÌODO .....	162
13.14	INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA .....	165
13.15	METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA.....	169
13.16	EVALUACIÓN EDUCACION FISICA .....	171
13.17	PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:.....	172
14	PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO TRES.....	174
14.1	ESTANDARES EDUCACION FISICA .....	174
14.2	TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA.....	177
14.3	PLAN DE AREA EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR GRADO 6º Y 7º - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º).....	179
14.4	ESTÁNDARES EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÌODO .....	181
14.5	CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÌODO .....	182
14.6	INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA.....	186



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN NÚCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

14.7	METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA.....	189
14.8	EVALUACIÓN EDUCACION FISICA .....	191
14.9	PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:.....	192
15	PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO CUATRO .....	196
15.1	CLASIFICACIÓN DE ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA .....	197
15.2	TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA CICLO 4 .....	201
15.3	PLAN DE AREA EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8 <sup>o</sup> – 9 <sup>o</sup> ).....	203
15.4	ESTÁNDARES EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO .....	206
15.5	CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÍODO .....	206
15.6	INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACIÓN FÍSICA.....	211
15.7	METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA.....	215
15.8	EVALUACIÓN EDUCACION FISICA .....	217
15.9	PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:.....	218
16	PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTESCICLO CINCO .....	221
16.1	ESTANDARES EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR - CICLO CINCO (GRADOS 10 <sup>o</sup> – 11 <sup>o</sup> ) .....	221
16.2	TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA.....	226





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

16.3	PLAN DE AREA EDUCACION FISICA .....	228
16.4	ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERÌODO .....	231
16.5	CONTENIDOS EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERÍODO .....	234
16.6	INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA .....	240
16.7	METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA.....	244
16.8	EVALUACIÓN EDUCACION FISICA .....	246
16.9	PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:.....	248
17	BIBLIOGRAFIA Y CIBERGRAFIA .....	252



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **1 IDENTIFICACIÓN DEL ÁREA**

### **Niveles de Enseñanza e Intensidad Horaria Semanal de Educación Física:**

- Nivel Transición: 2 hora semanal (Trabajos mediante Proyectos integradores de las diferentes áreas o competencias)
- Básica Primaria: 2 hora semanales
- Básica Secundaria: 3 horas semanales
- Media Académica: 2 horas semanales

### **FUNDAMENTOS EDUCATIVOS DEL ÁREA DE EDUCACION FISICA**

<http://www.mineducacion.gov.co/1621/w3-article-339975.html> (LINEAMIENTOS CURRICULARES MEN)



## ***1.1 Introducción***

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

En este sentido, la educación física desempeña un papel de gran importancia, dado que utiliza en forma sistemática y metódica el ejercicio físico en sus diferentes modalidades, con el propósito de coadyuvar al desarrollo de las capacidades humanas,

tanto en el plano fisicomotor, como en el psicológico, social y moral; por ello, su participación en el proceso educativo resulta ineludible en cuanto a que no puede aspirarse a una genuina educación y salud integral sin el concurso enriquecedor de la misma.

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

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

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



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

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

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

El énfasis en los procesos de formación y el desarrollo de competencias, asigna al deporte, la recreación, el juego, la gimnasia, la danza 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.

Es por lo anterior, que los objetivos generales del área se centran en:

- Orientar los y las estudiantes para que se asuma la investigación como actitud y proceso cotidianos y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad.
- Impulsar el movimiento corporal y el juego proporcionando alternativas para experiencias pedagógicas con las diferentes áreas



## ***1.2 Justificación***

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

La Educación Física, la recreación y el deporte de base proporciona a las niñas, niños y jóvenes herramientas fundamentales tanto cognitivas, como físicas, volitivas y emocionales; por lo tanto es fundamental su desarrollo desde sus primeros años de vida, ya que apunta básicamente al desarrollo del cuerpo, de las capacidades físicas, habilidades y destrezas y al proceso de socialización e integración con el entorno; pero también es necesario el desarrollo de otras dimensiones del desarrollo humano que en la edad escolar se requieren para contribuir a la formación de seres íntegros y autónomos, capaces de enfrentar los grandes retos en el medio actual. Por ello nuestro Plan de Formación parte de la premisa institucional Robledista: ***“Educando en la Responsabilidad, educamos para la Libertad”***

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

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

De esta manera la Educación Física se convierte en el espacio pertinente para facilitar en las niñas, niños y jóvenes, el desarrollo de sus capacidades físicas básicas y especiales, las cuales son necesarias para la vida, como son: el equilibrio, la coordinación, la fuerza, la velocidad, la agilidad, la direccionalidad y la lateralidad Contribuyendo al desarrollo cognitivo: la agilidad mental, la atención, el óptimo rendimiento académico, el aumento de la comprensión lectora, el desarrollo del



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

pensamiento crítico y el desarrollo de la memoria; en lo social: posibilita procesos de integración y socialización y en lo espiritual, genera goce, bienestar personal, autodisciplina, autonomía, responsabilidad y construcción de proyectos de vida sanos.

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

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

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

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

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



## **2 FINES DEL SISTEMA EDUCATIVO**

### **2.1 Constitución Política de Colombia.**

- **Artículo 44.** Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión.
- **Artículo 52.** Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.
- **Artículo 67.** La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura.
- Los grupos de áreas obligatorias y fundamentales que comprenderán un mínimo del 80% del plan de estudios, son las siguientes: entre ellas: educación física, recreación y deportes.

### **2.2 Ley 115 de 1994: Ley General de Educación**

- **Artículo 5,** de la ley 115 de conformidad con el artículo 67 de la constitución, fija los fines de la educación y establece que esta se desarrollará atendiendo: “La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte, y la utilización adecuada del tiempo libre...” Los fines que más se amoldan al área son: el numeral 1, el 5, el 6, el 7, el 9, el 12 y el 13.  
Fin número 1:
  - El individuo en el área experimenta el desarrollo de la libre personalidad mediante actividades lúdicas.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

- Fortalece la formación integral del individuo en el aspecto social, moral, socio afectivo y psicomotor; mediante el conocimiento de su cuerpo y actividades complementarias como juegos, dinámicas y disciplinas deportivas.
- Conduce a Concientizar al individuo de la importancia de la parte nutricional para alcanzar un buen desarrollo psicomotor.

Fin número 5 y 7

- A medida que el hombre enriquece más sus conocimientos, la educación física avanza con nuevas tecnologías aplicadas a nuevos deportes y al fortalecimiento de las existentes; con modificaciones a las reglamentaciones y aportes científicos como la medicina deportiva.

Fin número 6

- La educación física se desarrolla y se fortalece en la mezcla y práctica de los diferentes juegos y tradiciones culturales del país.

Fin número 9 y 13

- A través del área el individuo adquiere unos conocimientos teórico práctico que le permiten un mejor desempeño social y económico.

Fin número 12

- El individuo a través del área adquiere hábitos para prevenir, mantener y mejorar un buen estado de salud mediante ejercicios que desarrollen sus capacidades físicas.
- A través del área el individuo toma conciencia de la importancia de la higiene en el ser humano a través de la buena presentación personal, el buen uso de los implementos deportivos para un mejor desempeño en sus actividades sociales.





- En su campo de acción el área de Educación Física brinda espacios que permiten al individuo prevenir que incurra en problemas socialmente relevantes.
- **Artículo 21**, define los objetivos de la educación básica en el ciclo de primaria, en su literal i), establece "el conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico armónico".
- **Artículo 22**, que define los objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de secundaria, en su literal ñ), incluye: La educación física y la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- **Artículos 14 y 23**, le reconocen a la educación física, al deporte, a la recreación y al aprovechamiento del tiempo libre su carácter de proyecto pedagógico transversal, de obligatoria inclusión en el currículo y en el proyecto educativo institucional, para todos los grados y niveles del sistema educativo hasta la educación media.

La ley 115 de 1994, ha sido reglamentada posteriormente por diferentes decretos y resoluciones, entre los cuales se destacan los siguientes: el decreto 1860 de 1994, la resolución 2343 de 1996 y el decreto 1290 de 2009, los cuales precisan con referencia a la educación física lo siguiente:

### ***2.3 Ley 181 de 1995: Ley Marco del Deporte***

Conocida también como ley marco del deporte en Colombia. "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".

Establece además el Sistema Nacional del Deporte y la reglamentación pertinente para garantizar el acceso de toda la población a la práctica de la educación física, la recreación y el deporte.



En su Artículo 1: Define la planificación como uno de los objetivos generales para el sector, y destaca la importancia de “La implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad, y en su **Artículo 14**, precisa los niveles de concurrencia interinstitucional que requieren previamente de una planeación concertada, cuando afirma que “Los entes deportivos departamentales y municipales diseñaran conjuntamente con las secretarías de educación correspondientes, los programas necesarios para lograr el cumplimiento de los objetivos de la ley general de educación y concurrirán financieramente para el adelanto de programas específicos tales como: centros de educación física, centros de iniciación y formación deportiva, festivales recreativos escolares y juegos intercolegiados”

### **Capitulo 1- Objetivos Generales y Rectores de la Ley 181**

- **Artículo 1°:** Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad.
- **Artículo 3°:** Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, el estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:
  - Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.
  - Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.
  - Favorecer las manifestaciones del deporte y la recreación en las expresiones culturales arraigadas en el territorio nacional y en todos aquellos actos que creen conciencia del deporte y reafirmen la identidad nacional.

### **Capitulo 2 - Principios Fundamentales**



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

– **Artículo 4°:**

- **Derecho social:** El deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, son elementos fundamentales de la educación y factor básico en la formación integral de la persona. Su fomento, desarrollo y práctica son parte integrante del servicio público educativo y constituyente gasto público social, bajo los siguientes principios:
- **Universalidad:** todos los habitantes del territorio nacional tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.
- **Participación Ciudadana:** es deber de todos los ciudadanos propender la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, de manera individual, familiar y comunitaria.
- **Integración Funcional:** las entidades públicas o privadas dedicadas al fomento, desarrollo y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, concurrían de manera armónica y concertada al cumplimiento de sus fines, mediante la integración de funciones, acciones y recursos, en los términos establecidos en la presente ley.

**Título 2. De la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar**

– **Artículo 5°.**

- **La Recreación:** es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.
- **El aprovechamiento del Tiempo Libre:** es el uso constructivo que el ser humano hace de el en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones



básicas el descanso, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psico-biológica.

- **La Educación Extraescolar:** es la que utiliza el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que este incorpore sus ideas, valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la nación. Esta educación complementa la brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones.
- **El Plan Colombiano de Educación Física:** definido de manera participativa por el Ministerio de Educación Nacional, COLDEPORTES, las universidades que poseen facultades o programas de educación física y la Asociación Colombiana de Profesores de Educación Física constituye otro de los lineamientos establecidos con el ánimo de trazar criterios para la definición de un currículo común. En el documento se hace precisiones sobre el concepto del área, se presenta un diagnóstico sobre el desarrollo de la misma, se definen objetivos generales y específicos y se establecen las líneas de acción para el logro de estos, las cuales se agrupan en cuatro grandes campos a saber: Investigación, Educación, Práctica de la actividad física y Gestión.

## ***2.4 Decreto 2247 de 1997: Servicio Educativo Preescolar***

En cuanto a las normas establecidas por este decreto sobre “*La Prestación del Servicio Educativo del Nivel Preescolar*” se tienen en cuenta los artículos 12, 14, 15 y 16 del Capítulo II “*Orientaciones Curriculares*”.

## ***2.5 Ley 934 de 2004:***

- **Artículo 1.** Establece que: En todos establecimientos educativos, se incluirá el programa para el desarrollo de la educación física.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

- **Artículo 2.** Se deberá incluir en el Proyecto Educativo Institucional, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Y se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución.

## ***2.6 Decreto 1290 de 2009: Evaluación del Aprendizaje***

Ya que por medio de este decreto “*Se Reglamenta la Evaluación del Aprendizaje y Promoción de los y las estudiantes de los Niveles de Educación Básica y Media*”, se establecen los lineamientos generales y específicos para los procesos de Evaluación y Promoción de los y las estudiantes en el área de humanidades a partir de los artículos 1, 3, 5, 12 y 13.

## ***2.7 Acuerdo de 2010: Sistema Institucional de Evaluación***

Dado que este acuerdo “*Reglamenta y Adopta el Sistema Institucional de Evaluación y Promoción de Estudiantes de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO*” se tienen en cuenta todos aquellos artículos relacionados con la evaluación y promoción de los y las estudiantes. 11 y 12.



### **3 MODELO PEDAGÓGICO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

La Institución Educativa **JORGE ROBLEDO** fundamenta su quehacer en una **Concepción Crítico Social**, la cual tiene como meta que los y las estudiantes se desarrollen progresivamente de acuerdo con sus capacidades, intereses, necesidades y estructuras cognoscitivas, que las lleven a acceder a conocimientos cada vez más elaborados y complejos, superando las diferentes etapas del conocimiento y contribuyendo con la resolución de problemas sociales.

Una de las características de este modelo es enseñar por medio de estrategias didácticas que se centren en habilidades de pensamiento y solución a situaciones problemáticas, partiendo de conocimientos previos para crear espacios y ambientes estimulantes.

El área de Educación Física Recreación y Deporte, centra su acción educativa Robledista desde el modelo Crítico-Social, definido en el Proyecto Educativo Institucional, intencionando el desarrollo del pensamiento social, el pensamiento crítico, la reflexividad del pensamiento y la dimensión crítica, a través de una metodología humanista, con un enfoque constructivista.

Por lo anterior, el acto educativo en el área, desde la cuestión social está implícitamente vinculada con el análisis y la difusión de la solidaridad, la tolerancia, el respeto y la convivencia, entre otros valores que buscan el bienestar de las personas en general sin discriminaciones dentro de una visión ética humanística. Y desde el desarrollo del Pensamiento Crítico, se enfatiza en las líneas de pensamiento que promueven la criticidad, la racionalidad y la creatividad, y la investigación, como características básicas para la construcción del conocimiento, en donde la duda, la reflexión y la experimentación son parte de un proceso de comprensión y generación de nuevas ideas y nuevos conocimientos.

#### **¿Una propuesta para formar en qué?**

Se deben generar planes de formación educativos en pro de la construcción de proyectos de vida, fortalecidos en competencias básicas, laborales, y ciudadanas, en visión empresarial, que aporte a la formación de sujetos emprendedores, capaces de enfrentar los retos de la ciencia, la tecnología, y de vivir en armonía con el medio que los rodea, para la reconstrucción de una ciudad más justa y competente, que rescate las vivencias, saberes y prácticas de los niños, las niñas,



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

los y las jóvenes, en otras palabras, sus particulares formas de construir cultura. Reconocer estos saberes, rescatar las culturas infantiles y juveniles, es darle prelación al niño o niña y al joven, promover espacios para su lenguaje, su corporeidad, sus fantasías, es inclinarse ante la infancia y la juventud, ponerse a su altura, mirarla con respeto, compromiso y acogerla con hospitalidad. Para que ellos y ellas avancen en ser más y mejores sujetos.

### **Ahora bien, ¿Qué es un modelo pedagógico?, ¿Qué elementos lo componen?**

Reflexionar sobre estas interrogantes y detenerse en la conceptualización de modelo pedagógico es recomendable antes de determinar la propuesta concreta a asumir para la dirección del proceso docente educativo.

Todo modelo pedagógico tiene su fundamento en los modelos psicológicos del proceso de aprendizaje, en los modelos sociológicos, comunicativos, ecológicos o gnoseológicos de ahí lo necesario del análisis de esta relación para orientar adecuadamente la búsqueda y renovación de modelos pedagógicos.

El modelo pedagógico es un sistema formal que busca interrelacionar los agentes básicos de la comunidad educativa con el conocimiento científico para conservarlo, innovarlo, producirlo o recrearlo dentro de un contexto social, histórico, geográfico y culturalmente determinado. La comunidad educativa básica, para el caso de los modelos pedagógicos, la constituyen el docente y el discente quienes disponen de un proceso académico para acceder al conocimiento con el propósito de crearlo o conservarlo, el cual será utilizado en la transformación del hombre, en principio, y de la sociedad, luego. Dentro de la comunidad educativa se generan unas relaciones interpersonales y otras con respecto al conocimiento que sirven para definir los distintos modelos pedagógicos, para darle coherencia a todo este proceso es necesario que se soporte con teorías provenientes de otras disciplinas como la: filosofía, psicología, antropología y sociología.

El plan integral del área de Educación Física, recreación y deporte se fundamenta entonces en el modelo pedagógico Socio-Crítico, fundamentado en algunos enfoques pedagógicos, desde una perspectiva del Desarrollo Humano y Desarrollo Social de los sujetos, tales como:



### **3.1 ESCUELA NUEVA: PARA LA CONCEPCIÓN HUMANISTA, TAMBIÉN LLAMADA "DESARROLLADORA"**

Enfatiza que el educando:

- asuma un papel activo, consciente de lo que desea aprender, en consecuencia con sus posibilidades e intereses

En el docente:

- un cambio importante de las funciones que entonces debe realizar el profesor en el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje que posibilite alcanzar realmente, de forma medible, los objetivos propuestos.
- La Escuela Nueva persigue, en sus concepciones teóricas y proyecciones desde Dewey: que "El hombre se forma para vivir dentro de su medio social"

### **3.2 Desarrollismo pedagógico.**

Hay una meta educativa, que se interesa por que cada individuo acceda, progresivamente, a la etapa superior de desarrollo intelectual, de acuerdo con las necesidades y condiciones de cada uno.

Por otro lado el docente debe crear un ambiente estimulante de experiencias que le permitan al niño su acceso a las estructuras cognoscitivas de la etapa inmediatamente superior.

Exponentes: DEWEY,PIAGET.





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**



Modelo Desarrollista.

FUENTE. HACIA UNA PEDAGOGÍA DEL CONOCIMIENTO.

RAFAEL FLOREZ OCHOA.1998.EDITORIAL MACGRAW-HILL.PAG 171.

El sujeto ocupa el primer plano dentro de todo el fenómeno educativo y del proceso pedagógico. Los factores internos de la personalidad se reconocen como elementos activos de la educación del sujeto, en particular sus motivaciones, a la vez que se admite la variedad de respuestas posibles ante las mismas influencias externas.

Desde esta concepción el sujeto se auto educa mediante la recreación de la realidad, participa en ella y la transforma. Por esta razón la enseñanza - aprendizaje debe ponerse en función de las necesidades individuales y no puede aspirar a la



reproducción de un modelo único de individuo, sino a la combinación de la socialización y la individualización del sujeto de la manera más plena posible.

### ***3.3 PRINCIPIOS QUE DEBE ASUMIR UNA PEDAGOGÍA HUMANISTA Y DESARROLLADORA:***

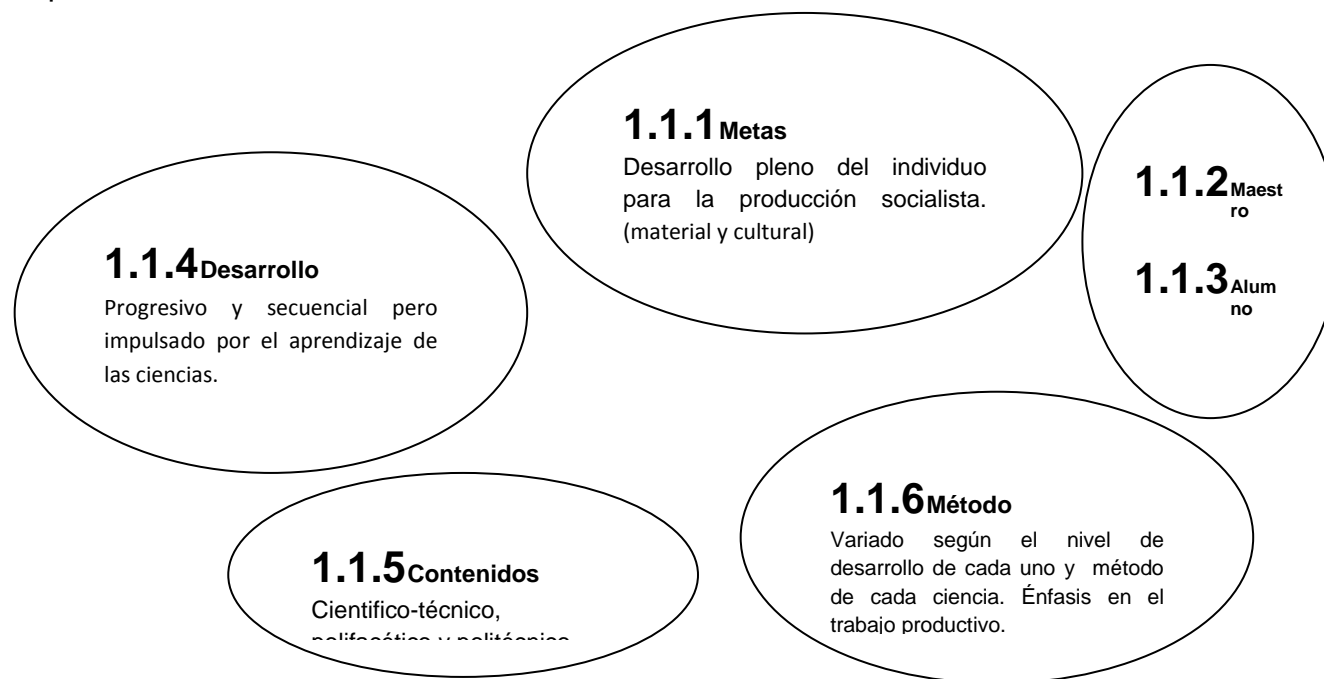
- **El educando:** elemento activo del aprendizaje, personalidad que se desarrolla a partir de las posibilidades personales y para la interacción con otros.
- **El educador:** Coordinador de la actividad educativa, guía y orientador activo del proceso.
- **Los contenidos:** Principios generales, campos del saber interrelacionados en sistemas y estructuras para afrontar el conocimiento como proceso de cambio y crecimiento.
- **Los objetivos:** Dirigidos al desarrollo integral de la personalidad, a la adquisición de conocimientos, hábitos y habilidades reconocidos como necesarios por el sujeto.
- **El aprendizaje:** Proceso en que interviene activamente el educando y en el que influyen la madurez, la experiencia y las relaciones sociales que desarrolla.
- **La enseñanza:** Dirección del proceso con el uso de las técnicas apropiadas para el aprendizaje grupal e individual.
- **Los métodos:** No existe un método único, sino la combinación de técnicas diseñadas y utilizadas en función de los objetivos, contenidos y sujetos del aprendizaje.
- **Los fundamentos:** La autodeterminación, el desarrollo de la personalidad individual integrada al contexto social, la movilidad social, el crecimiento y la transformación.

### ***3.4 MODELO PEDAGOGÍA SOCIALISTA (CRÍTICO) DESDE UNA PEDAGOGIA DEL “SER”***

Su pretensión gira en torno al desarrollo máximo y multifacético de las capacidades e intereses del individuo. Este desarrollo es determinado por la sociedad, por la colectividad en la cual el trabajo productivo y la educación son inseparables, y ello garantiza no sólo el desarrollo del espíritu colectivo sino que también el conocimiento pedagógico polifacético y politécnico y el fundamento de la práctica para la formación científica de las nuevas generaciones.



Exponentes: MAKARENKO, FREINED, PAULO FREIRE.



6.modelo socialista.

FUENTE. HACIA UNA PEDAGOGÍA DEL CONOCIMIENTO.

RAFAEL FLOREZ OCHOA.1998.EDITORIAL MACGRAW-HILL.PAG 172.

### **3.5 MODELO DE EDUCACIÓN QUE ENFATIZA EL PROCESO**

Es un modelo de educación gestado en América Latina, siendo uno de sus autores más representativos Paulo Freire, de Brasil que concibe la educación como praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo. También Enrique



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Pichón Riviere en Argentina es otro de los representantes relevantes de esta concepción que ha sistematizado la comprensión de los estrechos vínculos entre comunicación y educación.

Estas concepciones adoptan diferentes variantes que enfatizan el proceso transformador de las personas, su desarrollo personal y social en un contexto grupal, en interacción dialéctica con la realidad.

El surgimiento de estas nuevas estrategias centradas en los procesos comunicacionales en América Latina ha estado vinculada principalmente a formas de educación no escolarizadas tales como la educación liberadora, educación popular entre otras, las cuales no sólo aportan nuevas concepciones teóricas metodológicas en el ámbito educativo, sino que están profundamente comprometidas con la realidad económica, social y política de la región y su transformación.

La "Pedagogía del Ser", que constituiría el resumen de la mejor tradición humanista en el campo de la educación y la enseñanza.

Dicha Pedagogía del ser tiene como objetivo la felicidad del hombre, su educación para la vida plena, su integración armónica al contexto social desde una perspectiva personal y creadora, en oposición a una Pedagogía del saber aún dominante, que se preocupa por asegurar la repetición de las normas creadas, de los saberes acuñados por otros, de la enajenación del sujeto individual en función de supuestos intereses sociales o grupales que no siempre tienen igual significación para los individuos, puesto que, en última instancia no han sido elaborados por ellos mismos.

### **3.6 MODELO PEDAGOGICO HISTÓRICO - CULTURAL**

Son varias las fuentes teóricas que han alimentado y sostienen este Modelo Histórico - Cultural: Ausubel, Bruner, Fuerstein y sobre todo Vigotsky, quien articula sus planteamientos alrededor de la tesis del “origen social de la mente”. Este autor plantea que el aprendizaje es el resultado de la interacción social intencionada del sujeto con los demás y con el medio que lo rodea, adquiriendo particular importancia el rol del lenguaje como principal mecanismo de interacción.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Este modelo otorga una valoración e importancia equilibrada a los cuatro elementos macro que intervienen en los procesos de enseñanza y de aprendizaje: retoma el rol protagónico del estudiante como el sujeto de sus procesos de aprendizaje; rescata al docente de la marginalidad del modelo anterior y lo ubica como sujeto de los procesos de enseñanza; considera el conocimiento como el legado cultural de la humanidad, digno de ser conocido y comprendido, considerando la comprensión de la realidad, el punto de llegada, para cuyo estudio confluyen diferentes procesos cognitivos adquiridos con anterioridad.

El objetivo de este modelo es formar personas pensantes, críticas y creativas; apropiadas del conocimiento creado por la humanidad y en constante búsqueda de alternativas divergentes y éticas, para la resolución de los problemas que afecten a la sociedad.

El docente ejerce el rol de MEDIADOR de los aprendizajes, es decir, establece una relación intencionada y significativa con los estudiantes, encargándose de potenciar en ellos, las capacidades que no pueden desarrollarse de forma autónoma (Zona de Desarrollo Próximo) y se encarga de seleccionar, organizar, planificar los contenidos, variando su frecuencia y amplitud, para garantizar reflexiones y procesos de "reorganización cognitiva", con el ejercicio y desarrollo de funciones y operaciones de pensamiento, que orienten la elaboración de conclusiones.

La aplicación de este modelo pedagógico implica la participación de los estudiantes en actividades que exijan problematización intelectual, ejercitación y reflexión constantes, a través del uso de la lectura y de la escritura para potenciar la verbalización socializadora.



#### **4 PROPÓSITO GENERAL DEL ÁREA DE EDUCACION FISICA**

La educación física permite un trabajo con la persona orientándola a que sea profesional integral, afrontar con altura los inconvenientes que se le presenten a nivel personal o profesional.

Los objetivos consignados en todos los programas son flexibles y posibilitan múltiples experiencias a los y las estudiantes con el fin de enriquecer sus vivencias y abrir alternativas de expresión motriz que el estudiante pueda de múltiples maneras expresar a través de su movimiento o su lenguaje lo que piensa y siente. Mucho más importante que una fundamentación técnico-deportiva, sigue siendo la preocupación por la socialización de los y las estudiantes; el estímulo permanente al diálogo, el trabajo en grupo, la crítica y el desarrollo de su autonomía personal. La Educación Física, Recreación y Deporte deben ser retomados como medio de formación, por cuanto se concretan en actividades de carácter lúdico que permitan el desarrollo de las dimensiones corporal-comunicativa ética y afectiva del hombre.

El maestro en cooperación con el estudiante deben fomentar la creatividad a partir del movimiento humano desde su potencial natural que lo lleve a contribuir y transformar la realidad imperante, estableciendo la socialización e integración de la participación en el trabajo de clase y extraclase; ya que la concepción de grupo le permite al estudiante mejorar su competencia praxeológica, desarrollar su capacidad crítica y asumir responsabilidades ante los acuerdos de grupo.

Desde el área de educación física el sujeto recibe todas las orientaciones necesarias para mantener y conservar su cuerpo en buen estado físico y mental. Asimismo, el área establece a través de una planeación, programación desarrollada mediante procesos que motivan al estudiante a ejecutar actividades físicas secuenciales de acuerdo a su edad y a sus capacidades físicas.

El área de educación física indica al estudiante al manejo y orientación en la conformación y organización de eventos deportivos internos e interinstitucionales que permitan el esparcimiento, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre. Una vez asimiladas unas habilidades básicas que el estudiante adquiere en el ciclo básico de primaria con respecto a las conductas motrices de base, el reconocimiento de su esquema corporal y ubicación temporo-espacial, se aspira a que las exigencias para niveles siguientes, respondan a nuevas condiciones del conocimiento, puesto que los saberes previos le



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

permitirán explorar otros y mejores procesos metodológicos que orienten más acertadamente: a nivel del profesor la eficiencia y eficacia del área de Educación Física con respecto a las demás áreas y viceversa; y a nivel del estudiante para que adquiera las herramientas necesarias para indagar cada día más sobre la Educación Física, tanto en lo práctico, como en lo teórico y de ahí se convierta en un agente crítico y analítico con apertura a otros campos de acción que por circunstancias ajenas al sistema educativo no hayan llenado sus expectativas como pueden ser: la dirección de eventos recreativos, lúdicos, deportivos; la creación de semilleros o escuelas en la rama de la Educación Física, las expresiones artísticas y el deporte; de esta manera se espera que encajen los objetivos específicos del área con los fines del sistema educativo nacional donde el ejercicio pleno de la personalidad impere en acciones concretas con su medio y se adapte al mejoramiento de la calidad educativa.

El propósito de la Educación Física en la media académica es el de incorporar la investigación al proceso cognoscitivo tanto en el aula como en el medio social y comunitario en el cual se desenvuelven el sujeto sin desligarse de su ambiente natural, económico y político; pretende mejorar los niveles de vida en la medida en la que el sujeto se vincula a programas de desarrollo que proyecten soluciones a problemas sociales, a un mejor status de convivencia ciudadana.

La educación física, se basa en la preparación que tienen los educandos para la recreación, práctica y la lúdica y el aprovechamiento del tiempo libre. Y con ellos el educando lo aplica como herramienta para la organización de sus propios torneos.



## **5 PRINCIPIOS FILOSOFICOS DEL AREA**

### ***5.1 Visión del Área de Educación física, Recreación y Deportes***

Para el año 2020 los estudiantes de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO serán sujetos íntegros con gran capacidad de liderazgo deportivo, recreativo, cultural y artístico, capaces de proyectar la institución a la comunidad a través de prácticas investigativas, científica, de desarrollo humano y salud ocupacional que les permita fortalecer procesos de formación en todas sus dimensiones (personal, social y con la naturaleza).

### ***5.2 Misión del Área de Educación física, Recreación y Deportes***

Brindar permanentemente a niños, niñas, y a los/las jóvenes, muestras de calidad en el desarrollo del Talento Humano desde la participación y ejecución de actividades lúdico-recreativas, deportivas, culturales y artísticas que les permita desarrollar las competencias básicas, culturales y laborales, posibilitando la construcción permanente de sujetos responsables, competentes y emprendedores.

### ***5.3 Perfil del Estudiante del Área de Educación física, Recreación y Deportes***

Los estudiantes de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO deben ser capaces de construirse como sujetos responsables, emprendedores, velando con disciplina, compromiso y conciencia por un avance científico, tecnológico, humano y social,

Sujetos íntegros fortalecidos en valores humanos, educativos, sociales, familiares, éticos, morales y estéticos, con capacidad de proyectarse y solidarizarse, ayudando al progreso de su comunidad educativa y ciudadana.





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## ***5.4 Perfil del Docente***

El o la docente de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO, debe ser:

Un ser humano con vocación al servicio, debe ser “un maestro”, y un “maestro” es el que invita a caminar juntos, el que acompaña, el que ayuda a ver de color la vida, es orientador, guía; no un simple profesor, por qué ser profesor es simplemente profesar.

Los o las docentes de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO, deben ser además, seres humanos con gran sentido de pertenencia, aportando y ayudando, al crecimiento y mejoramiento de la calidad educativa y humana de sus educandos. Deben ser maestros creativos, emprendedores, pujantes y soñadores, con gran tenacidad, capaces de trabajar arduamente por el logro de esos sueños, sobre la base de unas normas, unos valores, y unos principios bien cimentados. Y esencialmente, que sea reflejo de responsabilidad, virtud, alegría y felicidad.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **6 CONTEXTOS - FUNDAMENTOS BÁSICOS DEL PEI**

### **6.1 APORTES DE LA EDUCACION FÍSICA A LOS FUNDAMENTOS CURRICULARES**

Para iniciar el año lectivo de 2015, es importante tener una visión más amplia y enriquecida de la educación, a la vez que se debe renovar el compromiso pedagógico para hacer frente a la amplitud y complejidad del desafío que significa educar y formar a niños, niñas, y jóvenes de nuestra comunidad y específicamente a los que conforman la población de la Institución Educativa JORGE ROBLEDO. Por ello en la atención a la problemática social actual que vivimos, las prácticas educativas deben darse en contribución al desarrollo integral y armónico de los niños, y los jóvenes, otorgándoles prioridad a los valores, tales como: La vida, el conocimiento, valoración, formación de la conciencia moral, ética y axiológica de la personalidad, educación de la sensibilidad, la identidad, la convivencia, el trabajo, la equidad, la igualdad, la libertad y la paz.

Es necesario por lo tanto una educación para el desarrollo humano y social, el emprendimiento empresarial, enfocados al fortalecimiento de las competencias laborales y ciudadanas que favorezcan la construcción de ambientes saludables de convivencia. Y para ello es necesario remitirnos a la esfera de los valores y ubicarnos en la dimensión de lo ético y lo moral.

Una educación con calidad nos plantea el problema de cómo asegurar la satisfacción de las necesidades e intereses de los estudiantes y la realización de los fines e ideales propuestos al proyecto educativo institucional, lo que nos exige adoptar una posición que defina el concepto del hombre y de sociedad desde una perspectiva, según la cual el discurso sobre la calidad no se limite a señalar una serie de especificaciones técnicas aunque son indispensables, sino moverse en la dimensión de lo ético y lo social.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Una educación integral supone una formación del hombre en su totalidad y por ende exige considerablemente con sugerencia y sus aspiraciones, en su unidad física y espiritual, individual y social, lo que pone en evidencia la exigencia de una ética moral, en el proceso educativo.

Una educación para el desarrollo humano, como condición indispensable, aunque no suficiente para el progreso personal y social nos lleva a hacer hincapié en el carácter cultural de la problemática del desarrollo ético y moral. “Cultura dimensión, la sana moralidad y la cultura moral”.

La reflexión ética y la formación moral de nuestros estudiantes, o deberán ser, comunes a todas las áreas de formación, a todos los grados y niveles.

Cabe formar moralmente a los estudiantes en la práctica, la actitud y la experiencia con espacios propios para reflexionar, analizar y vivir principios morales.

### **CONTEXTO DISCIPLINAR**

El plan de formación en el área de Educación Física parte de la visión del ser humano en su forma integral y por ende en su capacidad de pensar en forma crítica, profunda y original, en su capacidad de decidir, de comunicarse y, por consiguiente, de trascender su propia individualidad para formar con otras, una comunidad.

“Porque la persona piensa, es capaz de comprender, criticar, crear y desarrollar su interés científico. Porque la persona decide, es capaz de comprometerse y así conquistar la libertad” (C.I.E.C.). Porque la persona se comunica, logra una vivencia de solidaridad y justicia. Por ello, nuestras prácticas pedagógicas con sentido se cimientan sobre la base institucional Robledista de: “Educamos en la Responsabilidad, para educar en la Libertad”

En consecuencia, todo el proceso de la Educación Básica (Preescolar, Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Vocacional), con la que se propone satisfacer las necesidades de aprendizaje que tiene el ser humano, debe tener en cuenta



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

todas las dimensiones humanas como son: Lo biológico, psicológico, además propiciar la vivencia de una dinámica curricular, pedagógica y didáctica enmarcada en un ambiente que personalice y que promueva la autonomía, como también socializadora que motive la responsabilidad comunitaria, en el que los valores éticos y morales puedan ser identificados, profundizados, asimilados y proyectados el ámbito escolar, familiar y social, en todas las situaciones de la vida personal y colectiva.

De lo anterior, el proceso de socialización puede ser considerado como la dialéctica de interacción entre un agente socializador, el maestro y sujeto en socialización, el estudiante que busca establecer un sano equilibrio entre la realidad objetiva externa y la realidad subjetiva del estudiante, que permita que el educador genere un proceso en el cual pueda auto desarrollarse.

En consecuencia, es de gran necesidad hacer énfasis en algunos fundamentos básicos enmarcados en el ser humano, en su desarrollo y evolución para que posteriormente comprenda mejor el sentido del valor de la educación y el papel tan importante que ejerce la Educación física.

## **6.2 FUNDAMENTOS FILOSOFICOS**

La educación constituye uno de los procesos utilizados por la sociedad para moldear a su imagen las nuevas generaciones. Mediante ella, recrea en los educandos sus modos de pensar, de sentir y de actuar y les ofrece las posibilidades para desarrollar su personalidad y participar en la transformación de la realidad.

Las ideas, valores, sentimientos y costumbres que definen la identidad de una sociedad, definen también el prototipo de hombre propio de dicha sociedad. En la medida en que este prototipo se haga realidad, la sociedad asegura cohesión, continuidad y desarrollo, es decir, su unidad, identidad y madurez en el espacio y en el tiempo.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

La filosofía explícita, delimita el sentido del hombre, lo que el hombre es, lo que solo se sabe por una serie de reflexión sobre el proceso histórico.

La reflexión filosófica al explicitar el prototipo humano formado por la sociedad Colombiana, llega a la conclusión de que éste está doblemente condicionado, por una parte, por las relaciones sociales existente y por otra parte, por las características, exigencias y aspiraciones de la civilización universal.

Dentro de este sistema hace su aparición un nuevo prototipo de hombre como ser cultural, histórico y social. Con base en esta concepción de hombre, la sociedad colombiana tiene que organizar el proceso educativo.

### ***6.3 CONSECUENCIAS PARA EL CURRÍCULO***

La nueva caracterización del hombre como ser cultural, histórico y social y la nueva concepción de la educación como proceso de desarrollo integral del educando, a través del cual profundiza la experiencia personal y le de la sociedad para lograr su madurez y la transformación de la realidad, permita señalar para el diseño del currículo las siguientes orientaciones básicas.

El currículo debe contribuir real y efectivamente a la formación del ser cultural histórico y social del educando, permitiéndole conocer todo aquello que le de conexión y continuidad a la sociedad en el espacio y en el tiempo, ideas, valores, sentimientos, costumbres y creencias. Así mismo responder a las necesidades, intereses, problemas y posibilidades de la sociedad y del individuo.

El currículo debe propiciar la participación activa del educando, donde pueda guiarse tomando como punto de partida el mundo de su experiencia (escuela nueva)



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

El currículo debe prever que la participación implica toma de conciencia crítica sobre la necesidad del cambio y un fortalecimiento de la voluntad que permita una acción eficaz y responsable. De aquí la necesidad de que el currículo promueva ante todo, la adquisición de los conocimientos, las destrezas, las habilidades y los valores necesarios para el logro de la madurez, tanto del individuo como de la sociedad.

#### **6.4 FUNDAMENTOS EPISTEMOLOGICOS.**

En el momento actual se acentúa cada vez más la influencia de la ciencia y la tecnología en nuestras representaciones, nuestros valores, nuestros modos concretos de vida, nuestro lenguaje y nuestras producciones materiales y espirituales, lo que hace necesaria una reflexión sobre los conceptos de “Saber de Conocimiento científico, de investigación científica” y sobre todo el papel que le corresponde desempeñar a esta actividad en la sociedad. Esta reflexión orientada en la perspectiva educativa, constituye la fundamentación Epistemológica del currículo.

Nuestra sociedad está afrontando el desafío de armonizar la identidad cultural alcanzada a lo largo de una tradición histórica: con las tendencias modernizantes, “cultura científica y tecnológica”, adoptada por el deslumbramiento y reducidos a una mera erudición que en nada ayuda a comprender y a transformar nuestra realidad. Es necesario apropiarnos oportuna y creativamente de los resultados de las ciencias y tecnologías foráneas creando productos científicos y tecnológicos adecuados a nuestra propia realidad, para así permitir poseer una orientación nacional y contribuir al desarrollo integral del individuo y de la sociedad.

Los profundos y veloces cambios en todos los aspectos de la vida y el papel que juegan en ello la ciencia y la tecnología han llevado a caracterizar la sociedad actual como sociedad de conocimiento. Si bien los cambios son denominador común en un mundo globalizado, distan mucho de ser equitativos. En una sociedad dominada por el conocimiento, la distancia entre los



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

países más desarrollados y los menos desarrollados tiende a aumentarse, dando origen a una nueva división entre países productores de tecnología y países consumidores.

Las modificaciones en esta revolución tecnológica afecta la vida social y personal. Según la misión de “ciencia, educación y desarrollo” estos cambios han contribuido a transformar la educación y la cultura en tres aspectos:

La revolución de la información, la versatilidad e influencia de las telecomunicaciones y los medios de comunicación social han llevado al reconocimiento del pluralismo.

La democratización, entendida como un proceso hacia mayores grados de participación ciudadana, gana espacios en todo el planeta.

La ampliación de la frontera científico-tecnológica ha ido demoliendo poco a poco la tradición de pensamiento dogmático y permite vislumbrar un cambio en la mentalidad, no solo hacia la tolerancia, sino hacia la valoración positiva de la diferencia.

Esta comisión también recomienda que como un importante competente del sistema educativo colombiano sería la incorporación de los estándares educativos de los sistemas avanzados occidentales, así como de sistemas de conocimientos regionales, autóctonos e indígenas. Esto es la combinación de conocimientos de otros países con los conocimientos locales y ancestrales, en una apertura hacia el reconocimiento de diversas formas de conocer.

Las transformaciones del conocimiento exigen una nueva capacidad de las personas en términos de iniciativas, toma de decisiones y comprensión global del proceso en el cual están insertos. Se presenta un cambio en los sistemas simbólicos y por tanto una transformación en los procesos mentales para adaptarse a nuevos procesos de organización y clasificación del pensamiento y de la memoria tanto a nivel de habilidades cognitivas como de comunicación.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

Es necesario transformar la educación física y atender procesos que antes no se habían atendido. Si bien la actividad y la fuerza física cumplieron un papel fundamental en la evolución del hombre y de la sociedad, la máquina primero y hoy la nueva tecnología, traslada el movimiento del plano de la fuerza y la potencia, al de la precisión milimétrica, las relaciones y la velocidad.

Se exigen nuevas habilidades motrices y la preparación de la condición física del hombre. La organización de empresas de alta tecnología, sistemas de comercialización de altas velocidades, clasificaciones precisas, acciones en espacios submarinos, subterráneos y siderales que exigen vida y movimiento sin la fuerza de gravedad, son ejemplos de una nueva realidad para la corporalidad del hombre.

Así, el desarrollo del conocimiento, genera una nueva situación histórica, a la cual debe responder la educación física.

Es una realidad que exige nuevas competencias para ser construidas desde la institución escolar, en la cual esta área cumple una importante acción a través del desarrollo de los procesos del movimiento corporal.

Los grandes fenómenos de la educación y la información que llega a los hogares con mensajes permanentes sobre actividad física, deporte, moda, formas corporales, expresiones y juegos plantean un problema que debe ser asumido por la escuela. Esta circulación de información transforma las prácticas tradicionales y constituye una alternativa de acción con el estudiante ante quien circulan complejas realizaciones corporales que le pueden servir de referente para sus propias construcciones que tienen como eje la relación entre pensamiento y movimiento.

Las nuevas condiciones, exigen una comprensión del desarrollo de la Educación Física desde su especificidad como área curricular y desde la relación con las demás áreas escolares para abrir espacios a experiencias y proyectos transdisciplinarios.

Entre los fines del sistema educativo colombiano está el de “desarrollar en la persona la capacidad crítica y analítica del espíritu científico, mediante el proceso de adquisición de los principios y métodos en cada una de las áreas del conocimiento,





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

para que participen en la búsqueda de alternativas de solución a los problemas nacionales (“Artículo 3 del decreto 1419 de 19+78), lo que hace necesario señalar algunas exigencias epistemológicas para el diseño del currículo.

A través del currículo, educando y educador, se deben propiciar de las metodologías de las diversas disciplinas científicas de sus principios organizativos y de los intereses que las mueven, de los fines que ellas persiguen, para que en su medida puedan contribuir a reconocer críticamente el conocimiento. Para ello deben lograr determinadas habilidades como los que se refieren al análisis, la síntesis, la observación, la formulación de modelos, hipótesis y teoría, crítica, la devoción, etc. En este sentido se debe tener en cuenta que si se presente una transformación y un desarrollo integral del ciudadano y no de la sociedad, es necesario partir de la afirmación de determinados valores y se busca la formación de un espíritu crítico, es necesario formar una conciencia capaz de explicar objetivamente los fenómenos y por lo tanto, capaz de controlar la emotividad y de justificar, de manera razonable las necesidades y los procedimientos adoptados en cada momento.

No entenderemos la educación física como el proceso que tiende a la acumulación superpuesta de hábitos y datos, o como se ha dicho a la implantación del mayor número posible de hechos en el mayor número posible de niños, sino más bien al proceso de vivir de un modo que las exprese, conscientes críticamente de sí y de su entorno. Pues estas son los sujetos que, aprendiendo a forjar, reconocer y defender su propio proyecto, pueden hacer lo mismo con un proyecto comunitario.

Creemos en la idea aún vigente de que la resolución de la conflictiva social, económica y política, pasa en el que hacer educativo por la liberación de la estructura personal total del sujeto y la consolidación de su conciencia crítica, más que por la sujeción a esquemas y programas redactados en otros municipios y departamentos o países.

La educación física presenta para su tratamiento y práctica, procesos que apuntan al mejor desarrollo de la base biológica, de la madurez emocional, de la confianza y seguridad en sí mismo, de las capacidades de autodominio: pensar, actuar y crear libremente; que conlleve a direccionar comportamientos negativos; cultiva la voluntad para llegar inclusive a romper el atavismo y la tradición.



## **6.5 FUNDAMENTOS SOCIOLÓGICOS**

El Proceso educativo no solamente presume una concepción del hombre, sino que debe tener en cuenta el tipo de sociedad en función de la cual deberá organizarse dicho proceso. De aquí la necesidad de comprender las relaciones que existen entre la sociedad y la educación.

Hablar de sociedad es hablar del hombre como ser social, como ser de relación. Si permitimos de la necesidad de subsistir, el hombre requiere de la presencia de los demás de su especie para mantenerse en el ciclo de vida, alimentarse, cubrir su cuerpo y alojarse. Requiere cada vez más de un esfuerzo cooperativo, éste esfuerzo se materializa históricamente en el trabajo humano, el cual guarda una estrecha relación con la manera como el hombre se ha ido organizando socialmente para alcanzar mayores niveles de satisfacción material y espiritual.

Junto con la preocupación por el trabajo, surge la preocupación por la educación, lo que ha girado en torno al aprendizaje de técnicas y la fabricación de instrumentos para trabajar, a fin de producir los bienes y servicios que demandan las personas y los grupos que componen el sistema social, esta situación a través del proceso histórico, el hombre no alcanzaba a comprender su funcionamiento, pero cuando la filosofía y la religión surgieron en la ciencia se crea entonces un sistema que contribuya al desarrollo de la conciencia social y la reproducción de los factores socioculturales de pensamiento y de conocimiento. Así surge el sistema educativo representado inicialmente por la familia, la sociedad y más tarde por la escuela.

## **6.6 EDUCACION Y SOCIEDAD**

La relación educación-sociedad es tan estrecha que bien se podría analizar una sociedad a partir de su sistema educativo, a lo contrario, un sistema educativo a partir de la sociedad en la cual esta inscrito.



La educación es un producto de la sociedad, como un mecanismo de reproducción o mantenimiento de la realidad vigente. Pero la educación no es solo un producto, ella es cada vez y en mayor grado, un factor de cambio. Toda sociedad presenta una dimensión: Ella debe desarrollarse y es a través del desarrollo que logra su madurez.

Concebida la educación como factor de cambio, debe permitir a los educandos apropiarse del “ser social”, de su comunidad, alcanzar las destrezas, habilidades y herramientas metodológicas para identificar problemas y formular alternativas de solución, vivir críticamente la relación teoría-praxis y asumir la responsabilidad de participar activamente en el proceso del desarrollo integral y autónomo de su sociedad y entorno.

En relación con esta dimensión, la educación procura un futuro en el cual los educandos y la sociedad podrán gozar de una calidad de vida más digna de la persona humana.

## ***6.7 FUNDAMENTOS PSICOLÓGICOS***

Actualmente existen dos tendencias de la psicología para explicar la actividad humana en sus cambios y modificaciones, éstas son:

1. Las teorías y enfoques que le dan primacía al desarrollo.
2. Las teorías y enfoques que le dan primacía al aprendizaje.

## ***6.8 EL DESARROLLO HUMANO***

En la psicología, el desarrollo se analiza con estudios a largo plazo, que permiten formarse una idea de período, etapas y fases por las que pasa el ser humano, desde la infancia hasta la vejez, en sus diversas características de su actuar: motriz, intelectual, social y afectivo.



Dentro de las teorías del desarrollo humano, lo que una persona puede aprender, depende de la etapa de su crecimiento físico, de su evolución social, afectiva, motriz e intelectual.

El desarrollo humano se conceptualiza como un proceso más espontáneo, determinado por factores internos de maduración biológica. Sin embargo, se reconoce el papel que juegan las experiencias físicas y sociales, las cuales pueden facilitar u obstaculizar las condiciones del desarrollo individual.

La psicología busca que la pedagogía trate el desarrollo humano en relación con los siguientes aspectos de la actividad.

- ❖ Psicomotricidad
- ❖ Inteligencia
- ❖ Socio-afectividad

## **6.9 PSICOMOTRICIDAD**

Implica tanto la competencia para realizar determinados movimientos y la competencia para dirigir conscientemente dichos movimientos. Por lo tanto la pedagogía moderna hace uso de las tecnologías basadas en el control de los propios ejercicios de concentración, atención y memoria.

La Psicomotricidad desarrollo las actividades básicas, como son:

La postura, el equilibrio, la coordinación motriz, imagen corporal, lateralidad y direccionalidad.

Posteriormente están, después de un mayor dominio de la rapidez y un mayor dominio de la fuerza muscular, la inteligencia.



## **6.10 LA INTELIGENCIA**

El desarrollo intelectual tiene que ver fundamentalmente con ciertas formas de acción por medio de las cuales el ser humano asimila los objetos y eventos con los cuales interactúa. Dichas formas de asimilación pasan por cuatro períodos que son:

- ❖ Inteligencia sensorio-motriz (los primeros años)
- ❖ Inteligencia prelógica o preoperatorio (2 a 7 años)
- ❖ Inteligencia lógica abstracta (12 a 18 años)

Las edades señaladas varían en cada persona según el medio y sus condiciones físicas. Lo importante es la secuencia de dicho desarrollo.

## **6.11 SOCIO-AFECTIVA**

El desarrollo social y afectivo relacionado directamente con la personalidad, tiene que ver con el establecimiento de relaciones o vínculos emotivos con otras personas, con la cooperación, la dependencia, la hostilidad, la agresión y en general con las pautas de conductas desarrolladas en relación con la edad, sexo, el estatus social y aun sin números de características importantes para el medio social dentro del cual interactúa la persona.



## **7 OBJETIVOS GENERALES DEL AREA**

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de prácticas culturales de la actividad física.
- Contribuir a la formación integral del ser humano, la educación del movimiento y las capacidades psicomotrices y físicas.
- Promover la formación y estimular la adquisición de hábitos de ejercitación diaria, higiene, alimentación, descanso y conservación del medio ambiente, con la práctica de actividades complementarias.
- Mejorar por medio de la práctica de actividades físicas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de: crecimiento físico, conocimiento, personalidad e interacciones sociales.
- Mejorar la capacidad coordinativa basada en las posibilidades, dominio y manifestaciones eficientes del movimiento que repercute en la resolución de problemas en los ámbitos cognoscitivo, motriz afectivo y social.
- Estimular, desarrollar y conservar la condición física del educando a través de la ejercitación sistemática de las capacidades físicas, atendiendo las características individuales del mismo.
- Propiciar la manifestación de habilidades motrices a partir de la práctica de actividades físico - deportivas y recreativas que la permiten el control y el manejo del cuerpo en diferentes situaciones.
- Fomentar la manifestación de actitudes positivas individuales y grupales, así como la adquisición de valores a partir de actividades que utilicen el movimiento como forma de expresión.
- Incrementar las actitudes de respeto, cooperación y confianza en los demás.
- Fortalecer la identidad nacional al practicar actividades físicas - recreativas tradicionales y regionales.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

## **8 OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL AREA**

- Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
- Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.
- Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permitan los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física.
- Mejorar a través de actividades físicas la maduración psicomotora, básica para el desarrollo de los procesos mentales.
- Desarrollar las cualidades físicas, habilidades y destrezas para aplicarlos a la vida, a las actividades deportivas y artísticas.
- Aplicar los principios de salud e higiene para la formación de hábitos.
- Desarrollar la capacidad crítica sobre problemas y logros de la educación física, el deporte y la recreación a nivel nacional y sus soluciones.
- Fomentar los valores a través de la participación en las actividades físicas deportivas, recreativas, artísticas y culturales individuales y comunitarias mejorando el desarrollo social del país.



## **9 METODOLOGIA GENERAL DEL AREA DE EDUCACION FISICA**

Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano, siempre sobre la base de un modelo Crítico-social de educabilidad, en los procesos de enseñanza-aprendizaje

### **9.1 Principios Didácticos**

Los métodos y técnicas de la enseñanza, independiente de las teorías que los originen deben sujetarse a algunos principios comunes, teniendo en cuenta el desarrollo y madurez pedagógica alcanzada hasta el presente, sobre la base de un modelo CRÍTICO-SOCIAL

Los siguientes son los principios y una breve descripción de algunos de ellos:

- **Principio de proximidad:** Integrar la enseñanza lo más cerca posible en la vida cotidiana del educando.
- **Principio de dirección:** Tornar claros y precisos los propósitos a desarrollar y a alcanzar.
- **Principio de marcha propia y continúa:** Procura respetar las diferencias individuales, no exigiendo la misma realización de todos los educandos.
- **Principio de ordenamiento:** Con el establecimiento de un orden se busca facilitar la tarea de aprendizaje.
- **Principio de adecuación:** Es necesario que las tareas y objetivos de la enseñanza sean acordes con las necesidades del educando.
- **Principio de eficiencia:** El ideal: mínimo esfuerzo máxima eficiencia en el aprendizaje.
- **Principio de realidad psicológica:** Previene que no se debe perder de vista la edad evolutiva de los y las estudiantes, así como tampoco sus diferencias individuales.
- **Principio de dificultad o esfuerzo:** Es preciso tener el cuidado de no colocar al educando ante situaciones de las que tenga Posibilidades de salir bien. Pues el fracaso continuado es peor veneno para la criatura humana.





- **Principio de participación:** El educando es parte activa y dinámica del proceso.
- **Principio de espontaneidad:** Cualquier proceso emprendido debe favorecer las manifestaciones naturales del educando.
- **Principio de transparencia:** El conocimiento aprendido debe replicarse en otras situaciones de la vida diaria.
- **Principio de evaluación:** Con un proceso continuo de evaluación, el docente podrá identificar a tiempo dificultades en el proceso de aprendizaje.
- **Principio reflexión:** Inducir al pensamiento reflexivo en la estudiante como parte integral de actuar del ser humano.
- **Principio de responsabilidad:** Encaminar todo el proceso de enseñanza de modo que el educando madure en cuanto a comportamiento responsable.

## **9.2 Directivas Didácticas**

Es el conjunto de recomendaciones que el profesor o docente debe tener en cuenta siempre que trabaje con un grupo de estudiantes.

Dentro de estas directivas didácticas están: tener en cuenta las ideas de los y las estudiantes, incentivar la expresión libre y los debates al interior del grupo, cultivar la confianza con los y las estudiantes dentro y fuera de la clase, manejo de los ritmos de clase y estar atento a la fatiga de los y las estudiantes, crear ambiente agradable en clase, ser puntuales con la clase, atender con eficiencia las inquietudes estudiantiles, buscar la comunicación adecuada con los y las estudiantes, manejar con sabiduría tanto a los y las estudiantes mediocres como a los llamados adelantados, etc.

Todas las anteriores directivas enmarcan en últimas el "deber ser" que debe reunir todo buen docente.

La apropiación que se haga de lo anterior resulta trascendental para lograr el objetivo de formarnos de una manera eficiente y proactiva como docentes.

## **9.3 Principios Metodológicos**

La metodología humanista desde un enfoque constructivista en el área de Educación física desde los grados iniciales hasta el grado once, primordialmente, se debe basar en los siguientes principios:



**La globalización:** Utilizaremos un método global, ya que todos los contenidos están interrelacionados, y la niña de esta edad y ciclo entiende, comprende y aprende de una forma global. En cualquier unidad, sesión o parte del proceso educativo, siempre se tenderá a intercalar aspectos referentes a más de un bloque de contenidos. Además, éstos son recurrentes y se seguirán trabajando a lo largo de todo el ciclo.

**El carácter lúdico:** Utilizaremos el juego como medio o recurso didáctico. De esta forma nos adaptamos a las características de las niñas de 1º ciclo en las que el juego actúa como elemento motivador dentro del proceso enseñanza-aprendizaje.

**La motivación:** Se convierte en condición necesaria para el proceso educativo, y se tratará de llevar a cabo, empleando propuestas variadas en formas de juegos y de corta duración, la mayoría de las veces, de manera que las sesiones resulten dinámicas y participativas. Se realizarán también, siempre que las condiciones espaciales (instalaciones), ambientales (climatología), didácticas (predisposición de los y las estudiantes, posibilidad de materiales, etc.) lo permitan, juegos y propuestas de carácter expresivo.

**Agrupamientos:** Dado que la base fundamental de los procesos de aprendizaje serán el juego, y concretamente, el juego libre con pautas de comportamiento, los agrupamientos serán flexibles, tendiendo a la distribución de juegos y propuestas simultáneas (evitando que grupos de alumnos/as estén inactivos). Es decir, unos agrupamientos que faciliten la metodología colectiva (todos actuando o jugando, cada uno a su nivel) y fomentando la actitud autónoma de participación y disfrute.

**Atención a la diversidad:** Se parte siempre, de una atención individualizada (dentro de la metodología activa y colectiva) en nuestra intervención educativa. Fomentaremos la libertad individual en conseguir las propias posibilidades, evitando siempre la imposición u obligación motriz, y la comparación entre unas y otras. Se pondrá especial atención a la reafirmación de los menos capacitados, los más discriminados/as y los más necesitados, buscando siempre un clima de libertad, de disfrute, de no tensión, que permita la desinhibición de todas las niñas en el juego.

Finalmente, se atenderá a mantener constantemente un principio de flexibilidad en las normas de actitud y comportamiento. Es decir, que sean para todos, hechas y comprendidas por todos, pero no contra nadie ni contra nada

**Aprender a aprender:**\_"Adquirir una serie de habilidades y estrategias que posibiliten futuros aprendizajes de una manera autónoma".



**Aprendizaje por descubrimiento:** Aprendizaje en el que la estudiante construye sus conocimientos de forma autónoma, sin la ayuda permanente del enseñante. Esta forma de entender el aprendizaje requiere un método de búsqueda activa por parte del que aprende, bien siguiendo un método inductivo, bien hipotético-deductivo."

**Aprendizaje significativo:** "Construcción de aprendizajes por parte de la estudiante, con la ayuda de la intervención del profesor, que relaciona de forma no arbitraria la nueva información con lo que la estudiante sabe."

#### ***9.4 Aspectos Metodológicos***

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:

- **Tareas exploratorias.** Entendiéndose como aquellas en las que los y las estudiantes exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.
- **Tareas guiadas.** Donde los y las estudiantes resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, es decir, crear situaciones problema a través de preguntas problematizadoras, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- **Trabajo por estaciones.** Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.
- **Juegos sensoriales** en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

- **Juegos de expresión con o sin texto.** Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- **Juegos cooperativos,** en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.
- **Juegos pre deportivos,** en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- **Juegos Mini deportivos,** en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.



## **10 EVALUACIÓN DEL AREA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

La evaluación del aprendizaje se conceptualiza como un proceso sistemático en el que se reúne información relacionada con lo aprendido por el estudiante, con el fin de que el evaluador formule un juicio de la eficiencia del proceso de aprendizaje y de sus resultados, para tomar decisiones pertinentes encaminadas a mejorarlos.

La principal función de la evaluación del aprendizaje, que determina su valor dentro del proceso educativo, es la de procurar mejorar el propio aprendizaje. Esto se logra mediante una acción fundamental: el diagnóstico a través del cual se pretende conocer hasta qué punto se han conseguido los propósitos educativos formulados por el maestro, con fundamento en el Programa de Educación Física. El diagnóstico puede ser efectuado por medio de la técnica de observación y la aplicación de pruebas.

La observación se comprenderá como las apreciaciones o juicios que el profesor realiza de la estudiante con relación a las ejecuciones de movimientos y manifestaciones de conocimientos, hábitos, actitudes y valores planteados en los contenidos educativos de la materia. Los juicios derivados de las observaciones, estarán sustentados por la experiencia y preparación profesional del docente, los cuales son elementos insustituibles para valorar el proceso del aprendizaje.

Las pruebas utilizadas para obtener información relacionada con los aprendizajes, constituyen solamente elementos o medios a través de los cuales el profesor logra acercarse parcialmente a la valoración de lo aprendido, ya que el aprendizaje, considerado como proceso cognoscitivo y motriz, no puede ser medido con toda precisión; de ahí la importancia que debe darse al criterio de interpretación cualitativa que el profesor realice de los datos obtenidos, procurando evaluar a todo el proceso de aprendizaje y no basarse exclusivamente en los datos arrojados por los instrumentos.

Es necesario que el profesor realice durante todo el proceso de aprendizaje un permanente seguimiento de su desarrollo, mediante los procedimientos adecuados que le permitan conocer los efectos de las acciones educativas en el grupo, y en la medida de lo posible en cada uno de los y las estudiantes, con la finalidad de proceder a tiempo para la modificación y correcciones requeridas y acercarse en forma satisfactoria a los aprendizajes previstos.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

Es importante aclarar que la evaluación del aprendizaje no es equivalente a medición o calificación derivada de la aplicación de instrumentos o pruebas, y no representan calificaciones, solo constituyen elementos a ser considerados por el profesor, para fundamentar sus juicios y las decisiones encaminadas a identificar el nivel de aprendizaje de los y las estudiantes y procurar mejorar las estrategias didácticas.

Los aprendizajes a ser evaluados deberán derivar de los contenidos programáticos, haberse presentado las suficientes experiencias de aprendizaje y que las hayan aprendido en forma significativa, evitando la comparación de los logros de un estudiante con los de sus compañeros y procurar el respeto a las diferencias individuales caracterizadas por el desarrollo biológico, psíquico, y social de cada uno de ellos con relación a su ritmo de aprendizaje.

Otro elemento a considerar para obtener información que contribuya al proceso de la evaluación, son las tareas, las cuales forman parte complementaria en la reafirmación de los elementos educativos aprendidos al interior de la escuela, retomándose como recursos que a través de su valoración ayuden a identificar los niveles de eficiencia en el aprendizaje y por ende a mejorar el proceso.

Para que los juicios del profesor en torno a los aprendizajes de los y las estudiantes tengan una mejor fundamentación, será conveniente la participación de la estudiante en la revisión de su propio desempeño en el proceso de apropiación de los propósitos educativos; con ello, el profesor tiene otra perspectiva para valorar el aprendizaje de los y las estudiantes y a la vez, se estimula en el propio alumno la toma de conciencia de lo aprendido y de cómo y para qué se aprende propiciando el sentido autocrítico para superar las fallas encontradas. A esta participación de la estudiante en el proceso de evaluación de su aprendizaje se le llama autoevaluación.

La evaluación, también podrá propiciarse mediante el intercambio de juicios valorativos entre varios estudiantes, derivados de la aplicación de instrumentos o sin ellos y con base en parámetros previamente definidos; a esta evaluación se le denomina coevaluación.

Según los ejes curriculares definidos para la educación física, se evaluarán los siguientes aspectos:

- **Actividad física y Salud.** Se evaluará la adquisición de hábitos para la práctica de la actividad física que se manifiesten en los educandos como resultado de la comprensión de los factores que condicionan los efectos



benéficos del ejercicio físico para la salud, como son la adquisición, la asimilación y aplicación de hábitos saludables para el cuidado, conservación y preservación de su cuerpo, como son: Conocimiento de su cuerpo, higiene, limpieza, presentación personal, acatamiento de las normas de seguridad, además el manejo de hábitos de nutrición, alimentación e hidratación y el manejo de estilos de vida saludable.

- **Desarrollo Perceptivo Motriz:** Se evaluará la capacidad coordinativa manifiesta por los educandos como resultado de la estimulación perceptivo motriz referida al conocimiento y dominio del cuerpo; la senso perceptiva y las experiencias motrices básicas.
- **Habilidades y Destrezas Físico Motrices:** Se evaluará la condición física lograda por los educandos, producto de la ejercitación de la fuerza muscular, la flexibilidad articular, la resistencia al esfuerzo y la velocidad de ejecución en movimientos acordes con las fases sensibles de desarrollo del educando.
- **Expresiones Socio motrices:** Se evaluará la destreza motriz manifiesta en la eficiencia de ejecución de los diferentes patrones motrices condicionada por la actividad grupal a nivel de juego, pre deporte o deporte escolar.
- En todos los ejes se tendrá en cuenta evaluar las actitudes positivas y valores mostrados por el educando, hacia sí mismo y hacia los demás, en las actividades generadas por la dinámica de las clases de educación física. Así mismo, el respeto. Comprensión y participación en actividades recreativas, físicas tradicionales de nuestro pueblo acordes con la edad y que fortalezcan su identidad nacional.

Se sugieren cuatro procedimientos para la evaluación en el área:

- Observación directa con la ayuda de listas de cotejo o escalas de apreciación.
- Autoevaluación y coevaluación entre pares.
- Aplicación de procedimientos de medición cualitativa y cuantitativa.





- Apreciación de las actividades por parte de los niños: ¿Qué sintieron?, ¿Cuáles fueron las dificultades mayores?, ¿Qué les ayudo a superar esas dificultades?, ¿Qué sugieren para la próxima clase?

La evaluación debe ser una instancia para el desarrollo de una autoestima positiva de los niños y las niñas así como para que desarrollen el sentido de la crítica y autocrítica.

Se pueden ir haciendo registros del desempeño de las niñas en relación con aspectos tales como: coordinación de movimientos, agilidad, creatividad, flexibilidad, perseverancia, armonía de movimientos, mejoramiento de marcas, precisión en lanzamientos, etc. También se pueden hacer registros anecdóticos en los que se describen episodios que han llamado la atención en relación con algunos niños o a todo el grupo, por ejemplo, actividades que lograron concitar el interés y esfuerzo de niños y niñas; actividades en las que las niñas tuvieron una participación notable; situaciones en las que se logró superar dificultades, etc. Para complementar la información, se puede hacer entrevistas individuales informales y dinámicas grupales. La autoevaluación y la evaluación entre compañeros, son muy convenientes.

### • **Criterios Específicos Para La Evaluación En Educación Física**

La evaluación en Educación Física, debe orientarse a valorar los aspectos cualitativos y cuantitativos que desarrolla la estudiante en sus aprendizajes motrices, afectivos y cognitivos.

En función de estos aspectos u otros que considere el docente de acuerdo con las condiciones del centro educativo, deberá organizarse la evaluación desde una perspectiva integral; es decir evaluar no solamente los aprendizajes de los y las estudiantes, sino también el trabajo docente, la programación, los materiales y la propia evaluación.

La evaluación de los aprendizajes de los y las estudiantes nos permitirá obtener información y constatar en que medida está desarrollando la competencia, además de poder contrastar, retroalimentar sus logros y dificultades.

Para hacer operativa la evaluación, se proponen criterios como referentes para situar e interpretar el desempeño de la estudiante en la Educación Física, estos requieren de indicadores del criterio, que son procesos más específicos que permiten viabilizar la evaluación. Algunos criterios de evaluación y los indicadores como ejemplos a partir de los cuales el docente podrá elaborar otros o mejorarlos y precisarlos:





- **Dominio y comunicación corporal:** Uno de los aspectos fundamentales del desarrollo de los y las estudiantes, se relaciona con el dominio corporal, motriz y su capacidad de comunicación. Estos logros implican la adquisición y comprensión de procesos como el conocimiento de su propio cuerpo, de su identidad corporal, el desarrollo de sus capacidades físicas, la adaptación del cuerpo al esfuerzo físico y por lo tanto su adaptación fisiológica; asimismo supone la práctica y mejora de la condición física y de su relación con la salud. El dominio y la comunicación corporal, supone también el desarrollo de habilidades básicas y específicas a partir del desarrollo y mejora de la coordinación motora. Este dominio integrado permite expresarse corporalmente con mayor seguridad en sí mismo y de manera creativa. La creatividad en la Educación Física puede manifestarse de dos maneras: cuando la estudiante crea un ejercicio, una situación motriz o una secuencia de movimientos novedosa y cuando frente a una tarea motora utiliza diversos caminos para superarla.
- **Resolución de Situaciones Lúdicas y Deportivas:** El desarrollo psico y socio motor; de los y las estudiantes se evidencia en la aplicación de sus habilidades básicas y específicas a la resolución de problemas motores, planteados en situaciones lúdicas o deportivas; lo que supone también experimentar, reconocer, organizar, tomar decisiones, crear, etcétera. los y las estudiantes deben desarrollar a través de la Educación física la capacidad de resolver problemas planteados en diversas situaciones tareas de movimiento, juegos, actividades deportivas, rítmicas, etcétera. Un alumno resuelve un problema de tipo motor, cuando explica apropiadamente con sus propias palabras como actuó para resolverlo, propone diversas alternativas para la solución y además puede plantear nuevas situaciones a resolver.
- **Disposición para la educación física:** Este criterio se relaciona con el desarrollo de actitudes, valores y normas; a partir de la práctica de la educación física.

- **Estrategias Metodológicas para la Evaluación en Educación Física**

A partir de las mismas y otras estrategias de enseñanza aprendizaje también se abordará la evaluación, la cual debe contener directrices y criterios específicos que se tendrán en cuenta. Algunas estrategias de evaluación son:



- **Observación directa:** Es un método de evaluación que permite al docente observar la estudiante en su quehacer durante la clase, allí se observa: su atención, su ubicación en el tiempo y el espacio, sus desplazamientos, su modo de relacionarse con los demás, su caminado, su equilibrio, su direccionalidad. Vale la pena anotar que este tipo de evaluación es utilizado básicamente para hacer diagnósticos de grupo y también individuales, aunque este tipo de evaluación puede ser utilizado a largo del año escolar.
- **Criterios de evaluación a partir de la observación directa:** Para la evaluación se sugiere la utilización de diferentes mecanismos, entre ellos la observación y la aplicación de pruebas específicas.

Por medio de la observación de los y las estudiantes y alumnas durante el desarrollo de las clases o en actividades físicas especialmente diseñadas, se pueden evaluar los siguientes aspectos:

- Capacidad para realizar ejercicio en forma continua y a ritmo sostenido.
- Habilidad para obtener su frecuencia respiratoria y el pulso cardíaco en la ejercitación e interpretarlos.
- Capacidad para dosificar el trabajo físico realizado de acuerdo con sus posibilidades individuales y a las demandas establecidas.
- Capacidad para realizar los ejercicios de flexibilidad y movilidad articular en forma correcta y aplicarlos como medios de preparación para la realización de una actividad de mayor exigencia.
- Durante el desarrollo de competencias de velocidad o de resistencia, según corresponda, los y las estudiantes pueden ser evaluados sobre los siguientes aspectos:
- Esfuerzo personal desplegado durante el desarrollo de la competencia.
- Aplicación de normas y aspectos reglamentarios específicos de las pruebas practicadas (resistencia y velocidad).
- Mejoramiento individual en aspectos técnicos y en los tiempos de ejecución de las carreras de velocidad o de resistencia, según corresponda.
- Manifestación de aspectos valorables como responsabilidad, perseverancia, compañerismo y honestidad durante el desarrollo de torneos.



Además se aplicarán instrumentos de registro de datos (registro anecdótico y listas de control). Se pretende que en el mismo desarrollo de los juegos y las actividades se observe el nivel adquirido y aprendido de los y las estudiantes, de tal forma que las propias actividades de aprendizaje sean de evaluación. Para ello se realizarán a lo largo del proceso un trabajo dinámico e integrador de los contenidos, modificando aspectos de material y uso de espacios, que pondrán de manifiesto el nivel adquirido en el aprendizaje; estos ciclos de aplicación del conocimiento serán la base de la observación directa.

- **Carruseles lúdico-deportivos:** Es una estrategia de evaluación tipo estaciones tipo bases, en donde cada estudiante debe hacer un determinado tipo de ejercicio teniendo en cuenta el tiempo, luego va rotando hacia otra base hasta terminar el recorrido. Este tipo de evaluación es muy dinámica y agrada mucho a los y las estudiantes, además porque allí de modo implícito también se evalúa el trabajo en equipo, pues aunque cada estudiante debe realizar su respectivo ejercicio esto se hace en grupos; ejemplo: salto de la cuerda, cada uno llega a la base toma una cuerda y ejecuta el salto indicado por el profesor.
- **Pruebas de periodo:** Estrategia o actividades lúdicas recreativas deportivas enfocadas a evaluar, cualificar y calificar las diferentes competencias adquiridas durante el ciclo de 10 semanas que consta el periodo académico.
- **Socialización de contenidos:** Son pequeñas plenarias o mesas redondas en donde el estudiante da razón de un tema determinado, previamente explicado o investigado por ellos, todos deben participar de la discusión. Este tipo de evaluación es muy utilizado, especialmente se puede implementar a partir del grado tercero, cuarto y quinto respectivamente. Allí se busca básicamente evaluar la capacidad de análisis, participación y por supuesto interés por el tema.
- **Exposiciones:** Allí se busca de igual manera el interés por el tema y se evalúa el desenvolvimiento del estudiante frente sí mismo y frente a los demás; especialmente direccionados a aquellos y las estudiantes que por uno u otro motivo esta incapacitada para realizar la actividad física de forma activa.
- **Trabajos grupales:** Fomentar el trabajo en equipo, la responsabilidad y la cooperación a partir de tareas físicas (ejercicios) o consultas que deben hacer los y las estudiantes en grupo, ejemplo, una presentación en conjunto de un pequeño esquema corporal, un baile, una coreografía entre otros. Allí se evalúa el trabajo en equipo y la creatividad al momento de realizar los ejercicios.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

- **Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación:** Valorarse y valorar su propio trabajo y desempeño, el del otro y el de los demás, garantiza el desarrollo de la democracia, la conciencia y la capacidad crítica de la persona.

Dentro de los criterios de evaluación de los contenidos teóricos y prácticos, se encuentran: Asistencia. Presentación personal. Conocimientos conceptuales, procedimentales y actitudinales establecidos en los indicadores de desempeño. Responsabilidad. Desempeño práctico, adopción de conocimientos. Trabajos y talleres. Evaluaciones prácticas. Exposiciones y socializaciones.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **11 RECURSOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA**

La institución cuenta patio o espacio de descanso o recreo pedagógico. Los recursos materiales y didácticos, son pocos e insuficientes, se encuentran en mal estado debido al uso inadecuado que se les da o al deterioro permanente, por la falta de otros y los recursos o material nuevo o novedoso es escaso o no existe.

Los ambientes de aprendizaje están determinados por el aula de clase, la sala de sistemas, el patio

El recurso físico está delimitado por balones, cuerdas, aros, pelotas, bastones, pitos, cronómetros, colchonetas, balones, cinta métrica, grabadoras, cancha, ajedreces, tableros, mallas y redes Los recursos físicos están destinados a facilitar el desarrollo de las actividades pedagógicas de clase, la ejecución del proyecto de tiempo libre y demás actividades físicas, deportivas y recreativas organizadas en la institución y en el municipio.

Se cuenta además con: Material didáctico (textos escolares y elementos deportivos) Instalaciones deportivas (placas deportivas y coliseo). Ayudas audiovisuales. Clubes deportivos cercanos

Actividades integradas al área: Proyecto de Aprovechamiento del Tiempo Libre. Juegos Interclases. Juegos intercolegiados. Celebraciones: Día de los niños y la recreación, Semana de la Juventud y el Deporte.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: 105001006246 NIT: 811019634-5  
"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE

## 12 PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES CICLO UNO TRANSICIÓN A TERCERO.

### TRANSICION – PRIMERO – SEGUNDO - TERCERO



#### 12.1 COMPETENCIAS PEDAGOGICAS DEL NIVEL TRANSICION

El proceso de enseñanza-aprendizaje en el nivel de transición se desarrolla por competencias. Cabe aclarar que no se trabajan en forma independiente, sino que se integran o se relacionan con otras, sin desconocer que cada una tiene una



intencionalidad o un objetivo específico. Estas son: competencia comunicativa, competencia en matemáticas, competencia en estética, competencia corporal, competencia en ciencias sociales, competencia en ciencias naturales, competencia en tecnologías de la información y la comunicación.

**COMPETENCIA CORPORAL:**

Comprende el desarrollo del aspecto físico y sensorial requeridos para los procesos de la adquisición del esquema corporal, la percepción, la psicomotricidad, la coordinación motora gruesa y fina, el equilibrio, la ubicación espacio-temporal y el desarrollo del pensamiento; elementos básicos para la construcción de la autonomía, la movilidad, las manifestaciones de emociones y saberes, la comunicación y la expresión.

**12.2 TAXONOMIA DE BLOOM NIVEL TRANSICION (COMPETENCIA CORPORAL)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
Identifico y tomo conciencia poco a poco de su esquema corporal.  Identifico algunos juegos predeportivos como futbol, baloncesto, voleibol, atletismo.	Produzco trabajos manuales utilizando diferentes técnicas como: arrugado, recortado, pegado, punzado, ensartado, modelado, bastidores, doblado, dibujo, calcado.	Valoro las diferentes actividades que realizo de motricidad fina.  Valoro y reconozco mi cuerpo como medio que me permite interactuar con mi entorno.
Reconozco los instrumentos como tijeras, punzón, pincel, lápiz, color y su utilización	Hago uso de los movimientos finos para resolver problemas de mi vida cotidiana, como abotonarme, amarrarme, peinarme, ensartar, tejer	Participo con agrado en las actividades de educación física.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Diferencio mi lateralidad	Desarrollo ejercicios de pre-escritura conservando la dirección izquierda a derecha.	Disfruto de juegos y rondas infantiles.
	Utilizo mi cuerpo para expresar sentimientos, manifestaciones artísticas y lúdicas	Respeto y cuido mi corporalidad.
	Utilizo mi cuerpo para ubicarme en el espacio: arriba- abajo, adentro-afuera, atrás-adelante, encima-debajo.	
	Desarrollo actividades que comprometen el tren inferior: caminar, correr, saltar, trepar, de equilibrio y lanzamientos.	
	Realizo ejercicios que implican utilizar mi izquierda y derecha.	





### **12.3 CLASIFICACION DE ESTANDARES EDUCACION FISICA**

#### **CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

<b>ENUNCIADO</b>	<b>1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TÉCNICAS DEL CUERPO, CONDICIÓN FÍSICA, LÚDICA MOTRIZ</b>	<b>2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL</b>	<b>3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL</b>
<b>VERBO</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA</b>	<b>ESTÁNDARES DE COMPETENCIA</b>
<b>Exploro</b>	<p>Posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.</p> <p>Posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.</p> <p>Formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.</p> <p>Formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>La práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.</p>	<p>Manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.</p> <p>Movimientos con diferentes ritmos musicales.</p> <p>Gestos, representaciones y bailes.</p>	<p>Juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>Diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.</p> <p>Pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p> <p>Mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.</p> <p>Cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa- actividad física.</p> <p>El juego como un momento especial en la escuela.</p>		
<b>Ubico</b>	mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos		
<b>Identifico</b>	Variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.		mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.
<b>Realizo</b>	Distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.		
<b>Atiendo</b>	Las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.		<p>Las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.</p> <p>Las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

			realizar los ejercicios.
<b>Sigo</b>	Orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.		
<b>Resuelvo</b>	las diversas situaciones que el juego me presenta.		
<b>Juego</b>	Siguiendo las orientaciones que se me dan.  de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.		
<b>Participo</b>	en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.		
<b>Expreso</b>		entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.	
<b>Aplico</b>			las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.



## **12.4 TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA**

### **CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p>Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.(3º, p3)</p> <p>Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.(3º, p2)</p> <p>Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.(2º,3º, p2)</p>	<p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.(1,p1)</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.(1º, p1)</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.(3º,p4)</p> <p>Exploro Técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.(3º, p3)</p> <p>Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.(1º, 2º, 3º, p1)</p> <p>Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.(3º, p2)</p> <p>Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de</p>	<p>Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar. (3º, p4)</p> <p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase. (1º, 2º, 3º, p1,p2, p3, p4)</p> <p>Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.(3º, p4)</p> <p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.(2º,p1)</p> <p>Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.(1º,p4)</p> <p>Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.(1º, 2º, 3º,p1)</p> <p>Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y</p>



<p>Identifico variaciones en mi respiración en diferentes Actividades físicas.(3°,p3)</p>	<p>ellas.(3°, p4)</p> <p>Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades. (2°, p1)</p> <p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física. (2°, p3)</p> <p>Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales. (1°, 2°, 3°, p2)</p> <p>Exploro gestos, representaciones y bailes.(1°, p1)</p> <p>Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.(1°, p2)</p> <p>Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.(1°, 2°, 3°, p4)</p> <p>Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.(2°, p4)</p> <p>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos (1°,p3)</p>	<p>segmentario.(1, p1)</p> <p>Exploro el juego como un momento especial en la escuela.( 1°, p1)</p>
---	--	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.(3°,p1)

Juego siguiendo las orientaciones que se me dan. (2°, 3°, p4)

Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase. (1°, p3)



## 12.5 PLAN DE AREA EDUCACION FISICA - MALLA CURRICULAR GRADOS 1º - 2º - 3º

<b>Ciclo 1: GRADOS PRIMERO, SEGUNDO, TERCERO</b>				
<b>Meta:</b> Los estudiantes de la <b>I.E JORGE ROBLEDO</b> , al terminar el ciclo 1, estará en capacidad de utilizar hábitos adecuados de postura corporal, moverse según el contexto, y mejorar su interacción social de manera lúdica.				
<b>Objetivo específico GRADO 1:</b> Adquirir hábitos de posturas funcionales que contribuyan al mejoramiento y conservación de la salud.		<b>Objetivo específico GRADO 2:</b> Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.		<b>Objetivo específico GRADO 3:</b> Demostrar a través del juego el mejoramiento de su interacción social, expresando ideas y sentimientos
<b>Pregunta Problematicadora GRADO 1º:</b> ¿Cómo contribuir en la identificación, organización y conceptualización del esquema corporal, que posibilite el desarrollo de hábitos adecuados de postura corporal?		<b>Pregunta Problematicadora GRADO 2º</b> ¿Cómo potenciar en los estudiantes el desarrollo del esquema corporal y psicomotriz, basándose en ejercicios de coordinación, viso-motriz, ojo mano, ojo pie?		<b>Pregunta Problematicadora GRADO 3º</b> ¿Cómo cualificar el desarrollo del esquema corporal, a través de la precisión en la coordinación general, óculo pédica, óculo manual y en el trabajo con elementos?
<b>Definición de las Competencias del Componente:</b>				
<b>DESARROLLO MOTOR</b>  Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa	<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>  Practica en su entorno social y familiar las competencias	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>  Analiza las distintas situaciones que se presentan en su entorno en las cuales	<b>LÚDICA MOTRIZ</b>  Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos para la	<b>EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLÓGICA</b>  Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las



los diferentes conceptos, capacidades y aprendizajes para transformar su entorno, de manera responsable	ciudadanas aceptando con respeto las normas Institucionales, de convivencia pacifica	se desenvuelve de manera crítica y reflexiva	solución de problemas.	diferencias, contribuyendo a una sana convivencia.
---	--	--	------------------------	--

**Nivel de Desarrollo de las Competencias:**

N1 Observa las diferentes posibilidades del movimiento y sus combinaciones.	N1 Explora formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos	N1 Explora pruebas de medición de sus capacidades físicas	N1 Explora las diferentes modalidades del juego	N1 conoce sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física
N2 Repite los movimientos demostrados.	N2 comprende formas básicas de movimiento	N2 Reconoce sus capacidades físicas.	N2 selecciona juegos de acuerdo con sus preferencias en el contexto escolar	N2 Acepta recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física
N3 Combina los movimientos en diferentes situaciones	N3 aplica formas y modalidades gimnásticas.	N3 utiliza adecuadamente el calentamiento al iniciar actividad física.	N3 Juega siguiendo las orientaciones	N3 asume recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física
N4 Regula los movimientos enseñados y aprendidos.	N4 Analiza Técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	N4 reflexiona sobre la importancia del calentamiento y mis capacidades físicas. .	N4 Resuelve las diversas situaciones que el juego me presenta	N4 Analiza las manifestaciones expresivas para
N5 Ubica sus movimientos de acuerdo a su sector corporal.	N5 sintetiza la diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con sus posibilidades.	N5 establece los tipos de calentamiento de acuerdo a la actividad física	N3 Explora el juego como un momento especial en la escuela. N5 selecciona entre los	





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<p>N6 Reconoce sus capacidades y limitaciones de movimiento</p>	<p>N6.</p>	<p>N6 saca conclusiones sobre las capacidades físicas y los tipos de calentamiento con cambios fisiológicos.</p>	<p>juegos individuales y colectivos</p> <p>N6 concluye sobre la importancia de la práctica de los diferentes juegos</p>	<p>comunicar emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>N5 actúa acorde a las normas de higiene sugeridas en clase.</p> <p>N6 reconoce la importancia del entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p>
---	------------	--	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

## **12.6 ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERIODO**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

	<b>Periodo uno</b>	<b>Periodo dos</b>	<b>Periodo tres</b>	<b>Periodo cuatro</b>
<b>Grado 1</b>	Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones	Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.	Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.
<b>Grado 2</b>	Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física.
<b>Grado 3</b>	Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.	Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes Actividades físicas.	Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLED0**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **12.7 CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÍODO**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

	<b>TEMAS</b>	<b>CONCEPTUALES</b>	<b>PROCEDIMENTALES</b>	<b>ACTITUDINALES</b>
<b>GRADO 1</b> <b>Periodo 1</b>	<b>ESQUEMA CORPORAL</b>	Reconocimiento del esquema corporal y de nociones tiempo – espaciales sencillas.	Nombramiento y señalamiento de las partes del cuerpo	Demuestra respeto por su cuerpo y el de los demás
<b>Periodo 2</b>	<b>LATERALIDAD COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL, FINA Y ÓCULO PÉDICA</b>	reconocimiento de su cuerpo por sector: derecho e izquierdo, precisando su coordinación y afianzando su lado dominante	Manejo de su cuerpo por sector: derecho e izquierdo, precisando su coordinación y afianzando su lado dominante	Demuestra respeto hacia su cuerpo y el de los demás
<b>Período 3</b>	<b>POSTURAS Y POSICIONES. MOVILIDAD EQUILIBRIO EN DISTINTOS PLANOS Y ALTURAS</b>	conocimiento de diferentes formas de posturas, posiciones y movimientos en planos o alturas.	Utilización de diferentes formas de posturas, posiciones y movimientos en planos o alturas.	Demuestra responsabilidad en el cuidado de su cuerpo y del entorno.
<b>Período 4</b>	<b>MOVIMIENTOS CORPORALES SALTOS DIRECCIONES ESPACIALES Y TEMPORALES. PERCEPCIÓN TEMPORAL</b>	Conocimiento de diferentes movimientos corporales según la dirección o el espacio	Ejecución de diferentes movimientos corporales según la dirección o el espacio	Disfruta de la realización de actividades físicas



<b>GRADO 2</b> <b>Periodo 1</b>	<b>COORDINACIÓN DINÁMICA SECUENCIA DE MOVIMIENTOS. LATERALIDAD COORDINACIÓN FINA</b>	Identificación de las movimientos corporales de acuerdo con las exigencias de la actividad física	Realización de movimientos a diferentes velocidades manteniendo el equilibrio en sus ejercicios	Demuestra respeto hacia el propio cuerpo y confianza en si mismo
<b>Periodo 2</b>	<b>COORDINACIÓN ÓCULO MANUAL. EQUILIBRIO DINÁMICO. CONCEPTOS TEMPORO – ESPACIALES.</b>	Conocimiento de actividades motrices en diversos tiempos y espacios utilizando varios patrones de movimiento	Desarrollo de actividades motrices en diversos tiempos y espacios utilizando varios patrones de movimiento	Fomenta el trabajo en equipo y el respeto mutuo
<b>Periodo 3</b>	<b>INDEPENDENCIA SEGMENTARIA. PERCEPCIÓN RÍTMICA. CAMBIOS CORPORALES</b>	Conocimiento de actividades rítmicas lúdico – recreativas	Desarrollo de actividades rítmicas lúdico – recreativas	Participa activamente en las diferentes actividades escolares
<b>Periodo 4</b>	<b>ACTIVIDADES DEPORTIVAS. ELABORACIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO RONDAS Y JUEGOS</b>	Conocimiento de destrezas y expresiones creativas a través de las diferentes actividades predeportivas	Utilización de destrezas y expresiones creativas en las diferentes juegos predeportivos	Se integra de manera respetuosa con sus compañeros
<b>GRADO 3</b> <b>Periodo 1</b>	<b>JUEGOS Y RONDAS. JUEGOS CALLEJEROS.</b>	Conocimiento de diversos juegos y rondas	desarrollo de juegos y rondas	Se integra con entusiasmo en actividades físicas y recreativas
	<b>EL JUEGO Y SUS NORMAS</b>	Reconocimiento de las normas en los juegos	Aplicación de las normas en los juegos	Respeto las normas de los juegos
<b>Periodo 2</b>	<b>JUEGOS DE MESA. ELABORACIÓN DE</b>	Identificación de juegos de mesa y	utilización de juegos de mesa y materiales didácticos	Demuestra aprecio por las prácticas



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<b>MATERIAL DIDÁCTICO.</b>	materiales didácticos		lúdico-recreativas.
	<b>JUEGOS PREDEPORTIVOS. -VISO-MANUAL: INICIO AL VOLEIBOL Y BÁSQUETBOL. -VISO-PÉDICO: INICIO AL MICROFÚTBOL Y FÚTBOL. -CARRERAS DE VELOCIDAD</b>	Reconocimiento de ejercicios adecuados para el inicio en la práctica de los diferentes deportes	Ejecución de ejercicios adecuados para el inicio en la práctica de los diferentes deportes	Participa en actividades lúdico recreativas.



## **12.8 INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

	<b>PRIMER PERÍODO</b>	<b>SEGUNDO PERÍODO</b>	<b>TERCER PERÍODO</b>	<b>CUARTO PERÍODO</b>
<b>GRADO 1</b>	<p><b>Reconoce y señala las partes del cuerpo, demostrando actitud de respeto hacia sí misma y hacia los demás.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> reconoce y señala en forma óptima las partes del cuerpo, demostrando actitud de respeto hacia sí misma y hacia los demás.</p> <p><b>ALTO</b> reconoce y señala en su totalidad las partes del cuerpo, demostrando actitud de respeto hacia si misma y hacia los demás.</p> <p><b>BASICO</b> reconoce y señala</p>	<p><b>Reconoce y maneja la motricidad con equilibrio, coordinación y ritmo en su cotidianidad, siendo consciente de su postura.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> en forma óptima reconoce y maneja la motricidad con equilibrio, coordinación y ritmo en su cotidianidad, siendo consciente de su postura</p> <p><b>ALTO</b> en su totalidad reconoce y maneja la motricidad con equilibrio, coordinación y ritmo en su cotidianidad, siendo consciente de su postura</p>	<p><b>Conoce y utiliza las diferentes posturas, posiciones y movimientos en diferentes planos y alturas demostrando responsabilidad y control.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y utiliza en forma óptima las diferentes posturas, posiciones y movimientos en diferentes planos y alturas demostrando responsabilidad y control.</p> <p><b>. ALTO</b> Conoce y utiliza en su totalidad las diferentes posturas, posiciones y movimientos en diferentes</p>	<p><b>Conoce y ejecuta movimientos corporales en diferentes direcciones y espacios, demostrando entusiasmo.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y ejecuta en forma óptima movimientos corporales en diferentes direcciones y espacios, demostrando entusiasmo.</p> <p><b>ALTO</b> Conoce y ejecuta en su totalidad movimientos corporales en diferentes direcciones y espacios, demostrando entusiasmo.</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y ejecuta</p>



	<p>mínimamente las partes del cuerpo, demostrando actitud de respeto hacia si misma y hacia los demás.</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta reconocer y señalar las partes del cuerpo, demostrando actitud de respeto hacia si misma y hacia los demás.</p>	<p><b>BASICO</b> mínimamente reconoce y maneja la motricidad con equilibrio, coordinación y ritmo en su cotidianidad, siendo consciente de su postura</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta reconocer y manejar la motricidad con equilibrio, coordinación y ritmo en su cotidianidad, siendo consciente de su postura</p>	<p>planos y alturas demostrando responsabilidad y control.</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y utiliza mínimamente las diferentes posturas, posiciones y movimientos en diferentes planos y alturas demostrando responsabilidad y control.</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta conocer y utilizar las diferentes posturas, posiciones y movimientos en diferentes planos y alturas demostrando responsabilidad y control.</p>	<p>mínimamente movimientos corporales en diferentes direcciones y espacios, demostrando entusiasmo.</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta conocer y ejecutar movimientos corporales en diferentes direcciones y espacios, demostrando entusiasmo.</p>
<b>GRADO 2</b>	<p><b>Identifica su esquema corporal realizando secuencias de movimientos en forma coordinada demostrando alegría y autoconfianza.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b></p>	<p><b>Conoce y desarrolla actividades lúdicas, fomentando el compañerismo.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y desarrolla en forma óptima actividades</p>	<p><b>Conoce y practica diferentes ritmos participando activamente de las actividades recreativas</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y practica en forma</p>	<p><b>Conoce y utiliza juegos pre deportivos lo cual le facilita la integración respetuosa y solidaria con sus compañeros.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y utiliza en forma</p>



	<p>identifica en forma óptima su esquema corporal realizando secuencias de movimientos en forma coordinada demostrando alegría y autoconfianza</p> <p><b>ALTO.</b> identifica totalmente su esquema corporal realizando secuencias de movimientos en forma coordinada demostrando alegría y autoconfianza</p> <p><b>BASICO</b> identifica mínimamente su esquema corporal realizando secuencias de movimientos en forma coordinada demostrando alegría y autoconfianza</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta identificar su esquema corporal realizando secuencias de movimientos en forma coordinada demostrando alegría y autoconfianza</p>	<p>lúdicas, fomentando el compañerismo.</p> <p><b>ALTO</b> Conoce y desarrolla totalmente actividades lúdicas, fomentando el compañerismo</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y desarrolla mínimamente actividades lúdicas, fomentando el compañerismo.</p> <p><b>BAJO.</b> Se le dificulta conocer y desarrollar actividades lúdicas que fomenten el compañerismo.</p>	<p>óptima diferentes ritmos participando activamente de las actividades recreativas</p> <p><b>ALTO</b> Conoce y practica totalmente diferentes ritmos participando activamente de las actividades recreativas</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y practica mínimamente diferentes ritmos participando activamente de las actividades recreativas</p> <p><b>BAJO.</b> Se le dificulta reconocer y practicar diferentes ritmos participando activamente de las actividades recreativas</p>	<p>óptima juegos predeportivos lo cual le facilita la integración respetuosa y solidaria con sus compañeros.</p> <p><b>ALTO</b> Conoce y utiliza totalmente de juegos pre deportivos lo cual le Facilita la integración respetuosa y solidaria con sus compañeros.</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y utiliza mínimamente juegos predeportivo lo cual le facilita la integración respetuosa y solidaria con sus compañeros.</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta conocer y utilizar juegos predeportivos lo cual le facilitaría la integración respetuosa y solidaria con sus compañeros.</p>
--	--	---	--	--





<p><b>GRADO</b> <b>3</b></p>	<p><b>Conoce y desarrolla juegos y rondas, integrándose en actividades físicas y recreativas.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce y desarrolla de forma óptima juegos y rondas integrándose en actividades físicas y recreativas</p> <p><b>ALTO</b> Conoce y desarrolla totalmente juegos y rondas, integrándose en actividades físicas y recreativas.</p> <p><b>BASICO</b> Conoce y desarrolla mínimamente juegos y rondas integrándose en actividades físicas y recreativas</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta reconocer y desarrollar juegos y rondas, lo cual no le permite</p>	<p><b>Conoce, aplica y respeta las normas en los juegos de grupo</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> Conoce, aplica y respeta en forma óptima las normas en los juegos de grupo.</p> <p><b>ALTO</b> Conoce, aplica y respeta totalmente las normas en los juegos de grupo</p> <p><b>BASICO</b> Conoce, aplica y respeta mínimamente las normas en los juegos de grupo</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta conocer, aplicar y respetar las normas en los juegos de grupo</p>	<p><b>Conoce y utiliza juegos de mesa y material didáctico, demostrando aprecio por las prácticas lúdicas.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> conoce y utiliza en forma óptima juegos de mesa y material didáctico, demostrando aprecio por las practicas lúdicas</p> <p><b>ALTO</b> conoce y utiliza totalmente juegos de mesa y material didáctico, demostrando aprecio por las practicas lúdicas</p> <p><b>BASICO</b> conoce y utiliza mínimamente juegos de mesa y material didáctico, demostrando aprecio por las practicas lúdicas</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta conocer y utilizar juegos de mesa y</p>	<p><b>Reconoce y ejecuta juegos predeportivos, participando en actividades lúdico recreativas</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> en forma óptima reconoce y ejecuta juegos predeportivos, participando en actividades lúdico recreativas</p> <p><b>ALTO</b> en forma total reconoce y ejecuta juegos predeportivos, participando en actividades lúdico recreativas</p> <p><b>BASICO</b> reconoce y ejecuta mínimamente juegos predeportivos, participando en actividades lúdico recreativas</p> <p><b>BAJO</b> Se le dificulta reconocer y ejecutar juegos</p>
----------------------------------	---	---	---	--



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN NÚCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	integrarse en actividades físicas y recreativas		material didáctico, demostrando aprecio por las practicas lúdicas	predeportivos, participando en actividades lúdico recreativas
--	---	--	---	---

## **12.9 METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA**

### **CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

#### **METODOLOGIA:**

Este modelo procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las experiencias de éstos con la vida o con las ciencias. El modelo pretende potenciar el pensamiento de los y las estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados y relacionados con su cotidianidad. El estudiante debe aprender a pensar y aprender haciendo para esto se utilizan estrategias como el aprendizaje significativo, los mapas conceptuales, el método de enseñanza por proyectos, la pedagogía conceptual, la formación en investigación–acción, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo y aprendizaje colaborativo. Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano

#### **Aspectos Metodológicos**

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:

- Tareas exploratorias. Entendiéndose como aquellas en las que alumnos y alumnas exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.

- Tareas guiadas, donde los y las estudiantes y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- Trabajo por estaciones. Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.
- Juegos sensoriales en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.
- Juegos de expresión con o sin texto. Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- Juegos cooperativos, en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.
- Juegos pre deportivos, en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- Juegos Mini deportivos, en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.

**RECURSOS:** Lazos, aros, pelotas, balones, música, colchonetas, espejos, espacios físicos



## 12.10 EVALUACIÓN EDUCACION FISICA

### MALLA CURRICULAR - CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)

CRITERIOS	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>Asistencia a periódica a clase</b>	Verificación de asistencia	Llamada a lista.	-Evaluación practica mensual.
<b>Apuntes de clase (cuaderno)</b>	-Trabajo en equipos y actividades de colaboración.	-Organización de equipos de trabajo para grupos de juego en determinado deporte.	-Una tarea física por semana.
<b>Consultas</b>	-Revisión de cuadernos y apuntes de clase	-Revisión periódica del cuaderno	-Actividades de aplicación de acuerdo con el desarrollo de la programación y las horas de trabajo efectivas
<b>Actividades por fuera del aula.</b>		-Verificación de tareas asignadas de manera individual y grupal en forma práctica.	
<b>Evaluaciones en forma practica</b>	-Observación de actividades físicas		
<b>Proyecto Pedagógico del área</b>	Participación activa en el desarrollo de actividades del Proyecto del área, y extra clase del área		-Valoraciones periódicas de acuerdo con el desarrollo de las temáticas propuestas.



## **12.11 PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO UNO (GRADOS 1º – 3º)**

GRADO	PLANES DE APOYO	PERIODOS			
		P 1		P2	
<b>PRIMERO</b>	<b>RECUPERACION</b>	Trabajo de consulta sobre el esquema corporal	Trabajo de consulta sobre lateralidad y coordinación óculo manual y pedica	Taller sobre la importancia de una buena postura y posición	Trabajo de consulta sobre los movimientos corporales
<b>PRIMERO</b>	<b>NIVELACION</b>	Consulta y exposición sobre el esquema corporal	Consulta y exposición sobre lateralidad y coordinación óculo manual y pedica	carteleras sobre la importancia de una buena postura y posición	Consulta y exposición sobre los movimientos corporales
<b>PRIMERO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Consulta y exposición al grupo sobre el esquema corporal	Consulta y exposición al grupo sobre lateralidad y coordinación óculo manual y pedica	Consulta y exposición al grupo sobre la importancia de una buena postura y posición	Consulta y exposición al grupo sobre los movimientos corporales
GRADO	PLANES DE APOYO	PERIODOS			
<b>SEGUNDO</b>	<b>RECUPERACION</b>	P 1	P2	P3	P4
		Trabajo de consulta de	Trabajo de consulta	consulta sobre la	consulta sobre los



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		fundamentos básico de la coordinación dinámica	y sustentación sobre el equilibrio	independencia segmentaria y la percepción rítmica	juegos predeportivos
<b>SEGUNDO</b>	<b>NIVELACION</b>	Taller y exposición sobre la coordinación dinámica	Taller y exposición sobre el equilibrio	carteleras y afiches referentes a la independencia segmentaria y la percepción rítmica	Taller y exposición sobre los juegos predeportivos
<b>SEGUNDO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Taller y exposición al grupo sobre la coordinación dinámica	Taller y exposición al grupo sobre el equilibrio	Taller y exposición al grupo sobre la independencia segmentaria y la percepción rítmica	Taller y exposición al grupo sobre los juegos predeportivos
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>PERIODOS</b>			
<b>TERCERO</b>	<b>RECUPERACION</b>	P 1	P2	P3	P4
		Trabajo de consulta sobre juegos y rondas	Trabajo de consulta sobre las reglas de los juegos	Realizar juegos de mesa y materiales didácticos	consulta sobre los juegos predeportivos
<b>TERCERO</b>	<b>NIVELACION</b>	Taller y exposición sobre juegos y rondas	Taller y exposición sobre las reglas de los juegos	Elaboración de juegos de mesa	Taller y exposición sobre los juegos predeportivos
<b>TERCERO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Taller y exposición al grupo sobre juegos y rondas	Taller y exposición al grupo sobre las reglas de los juegos	Elaboración de juegos de mesa y materiales didácticos	Taller y exposición al grupo sobre los juegos predeportivos



## 12.12 PLANES DE UNIDAD GRADO TERCERO

### 12.12.1 PRIMER PERIODO FASE 1 GRADO TERCERO

FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.	Desarrollo motor	Reconoce	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	<b>Competencia motriz:</b> Identifico variaciones en mi respiración, pulsaciones cardiacas y sudoración en diferentes actividades físicas. Exploro las manifestaciones	Reconocer y desarrollar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno,	<b>Saber</b> <b>Conocer:</b> Reconoce los diferentes segmentos corporales en situaciones de juego.	Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



<p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p>	<p>· Técnicas del cuerpo</p>		<p>Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.</p>	<p>es de mi cuerpo desde diferentes actividades y posturas corporales.</p>	<p>en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en general.</p>	<p><b>Saber Hacer:</b> Ejecuta formas básicas de movimiento y las relaciona con los segmentos corporales.</p>	<p>Realización y participación en juegos de cooperación, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>
<p>Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</p>	<p>· Condición física</p>		<p>Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p>	<p><b>Competencia expresiva corporal:</b> Reconozco los gestos y cambios de mi cuerpo y los gestos faciales en reposo y movimiento.</p>		<p><b>Saber Ser:</b> Valora y respeta su cuerpo y el de sus compañeros.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación</p>	<p>Inventario del almacén de educación física</p>





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.	· Lúdica motriz		Resuelvo las diversassituaciones que el juego me presenta.	<b>Competencia axiológica:</b> Atiendo las orientaciones sobre mis tiempos para jugar, sentir e interactuar con los demás.			Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Cuaderno y diccionario de Educación Física
	· Lenguajes corporales		exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.				Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Espacios deportivos: coliseo y cancha



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo		Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.				Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, futbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Fotocopias de talleres y textos
							Carreras de obstáculos y relevos	Escenarios inder
							Actividades y pruebas gimnasticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Evaluación de las normas basicas del ajedrez	



### **12.12.2 PRIMER PERIODO- FASE 2 GRADO TERCERO**

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

FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos. • Explorar e identificar	• Desarrollo motor	Reconoce	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.	<b>Competencia motriz:</b> Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición, higiene y convivencia para el adecuado desarrollo de la actividad física.	Reconocer y desarrollar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones Motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y	<b>Saber Conocer:</b> Identifica y reconoce las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices individuales y grupales en beneficio de la convivencia.	Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



<p>emociones a través del movimiento o corporal y su interacción con el otro.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>					<p>las actividades físicas en general.</p>			
<p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>		<p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a</p>			<p><b>Saber Hacer:</b> Sigue orientaciones durante la realización de la actividad física</p>	<p>Realización y participación en juegos de cooperación oposición,</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>



o corporal y su interacción con el otro.			formas y modalidades gimnásticas.			que favorecen su bienestar.	ejecuciones individuales y en grupos	
	• Condición física		Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Exploro y coordino las posibilidades de mis		<b>Saber Ser:</b> Asume la importancia de poner en práctica actitudes saludables para mejorar su bienestar	Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación	Inventario del almacén de educación física
	• Lúdica motriz		Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.	movimientos con diferentes situaciones de la clase.			Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Escenarios Inder
	• Lenguajes corporales		Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.	<b>Competencia axiológica:</b> Manifiesto interés por la práctica de juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.			Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Espacios deportivos: coliseo y cancha



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo		Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.				Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, futbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Fotocopias de talleres y textos
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnasticas	Esenarios de recreo deportivos de la ciudad
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	





### 12.12.3 SEGUNDO PERIODO FASE 3 GRADO TERCERO

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

FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo motor</li> </ul>	Ejecuta	Exploro posibilidades de movimiento en las practicas deportivas y recreativas y siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.	<b>Competencia Motris:</b> Realizo distintas posturas en estado de reposo y en movimiento. Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades corporales y cognitivas.	Manifiestar y ejecutar movimientos y practicas corporales a partir de las diversas expresiones motrices (deportivas, lúdicas, de actividad física y de ocio) que permitan mejorar las habilidades motrices basicas.	<b>Saber conocer:</b> Identificación de las habilidades motrices básicas a partir de diferentes situaciones de juego, las practicas deportivas y las posibilidades de desarrollo.	Diferentes ejecuciones de moviemitos en las practicas deportivas, actividad física saludable, juegos, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar las normas y los principios establecidos para la realización de las buenas prácticas propias y de grupo de la actividad física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas del cuerpo</li> </ul>	<p>Manifiesta</p>	<p>Exploro técnicas corporales de movimiento, tensión, relajación y control del cuerpo con y sin elementos.</p>	<p><b>Competencia expresivo corporal:</b>          Vivencio y reconozco gestos corporales y habilidades motrices individuales y en equipo.</p>		<p><b>Saber conocer:</b>          Identificación de las habilidades motrices básicas a partir de diferentes actividades físicas y lúdicas.</p>	<p>Realización y participación en predeportivos, deportes de conjunto y juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>
---	---	-------------------	---	--	--	--	---	-------------------------------



<p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Condición física</li> </ul>		<p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p>	<p><b>Competencia axiológica corporal:</b> Identifico mis capacidades y el desarrollo de estas cuando me es- fuerzo en la actividad física.</p>		<p><b>Saber Hacer:</b> Utilización de las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes situaciones de juegos, practica deportivas y de la vida.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación</p>	<p>Inventario del almacén de educación física</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lúdica motriz</li> </ul>		<p>Participo en los juegos, actividades físicas y racticas deportivas individuales y colectivas propuestas en la clase.</p>			<p><b>Saber Hacer:</b> Utilización de las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes actividades físicas y ludicas.</p>	<p>Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza</p>	<p>Escenarios Inder</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lenguajes corporales</li> </ul>		<p>Exploro movimientos mediante la participación en juegos y prácticas deportivas y con diferentes ritmos musicales.</p>			<p><b>Saber Ser:</b> Valoración de los diferentes niveles de desarrollo de las habilidades motrices básicas propias y las de sus compañeros.</p>	<p>Circuitos y competencias atléticas y de habilidades motrices básicas</p>	<p>Espacios deportivos: coliseo y cancha</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado de si mismo</li> </ul>		<p>Exploro juegos, deportes y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.</p>			<p><b>Saber Ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura</p>	<p>Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.</p>	<p>Fotocopias de talleres y textos</p>
	<input type="checkbox"/>						<p>Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnásticas</p>	<p>Esenarios de recreo deportivos de la ciudad</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo
							Exposicion tematica deportiva
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### **12.12.4 SEGUNDO PERIODO – FASE 4 GRADO TERCERO**

¿Cuáles son los cambios fisiológicos cuando juego?								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS



<p>Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos, en forma individual y pequeños grupos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</li> <li>• Identificar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo motor</li> </ul>	<p>Ejecuta</p>	<p>Exploro y ejecuto posibilidades de movimiento en las practicas deportivas y recreativas haciendo seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.</p>	<p><b>Competencia Motriz:</b> Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física. Comparto mis cambios y mejoras de los gestos motrices y fisiológicos con mis compañeros de clase.</p>	<p>Afinar y aplicar las habilidades motrices fundamentales y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en general reconociendo además los cambios fisiológicos cuando juego</p>	<p><b>Saber conocer:</b> Conoce los cambios fisiológicos presentados en la realización de juegos, oarcticas deportivas y actividad física y en las partes del cuerpo que logra identificarlos.</p>	<p>Diferentes ejecuciones de moviemitos en las practicas deportivas, actividad física saludable, juegos, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.</p>	<p>Recursos humanos</p>
--	--	----------------	---	--	--	--	---	-------------------------



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

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





<p>Explorar e identificar emociones a través del movimiento corporal y su interacción con el otro.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>	<p>Manifiesta</p>	<p>Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.</p>	<p><b>Competencia expresivo corporal:</b>          Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.           Hago seguimiento a los cambios corporales y fisiológicos de mi cuerpo.</p>		<p><b>Saber conocer:</b>          Identificación de las habilidades motrices básicas a partir de diferentes actividades físicas, lúdicas y deportivas.</p>	<p>Realización y participación en predeportivos, deportes de conjunto y juegos de cooperación, oposición, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Condición física</li> </ul>		<p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p>	<p><b>Competencia axiológica corporal:</b>          Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios y apporto al trabajo de mis compañeros de clase..</p>		<p><b>Saber Hacer:</b>          Realiza formas básicas de movimiento y sus combinaciones en situaciones de juego.</p>	<p>Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación</p>	<p>Inventario del almacén de educación física</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lúdica motriz</li> </ul>		<p>Participo en los juegos, actividades físicas y racticas deportivas individuales y colectivas propuestas en la clase.</p>			<p><b>Saber Hacer:</b> Utilización de las habilidades motrices básicas para implementarlas en las diferentes actividades físicas y ludicas.</p>	<p>Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza</p>	<p>Escenarios Inder</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lenguajes corporales</li> </ul>		<p>Aplico mis habilidades motrices fundamentales mediante la participacion en juegos y practicas deportivas y con diferentes ritmos musicales.</p>			<p><b>Saber Ser:</b> Respeta las normas establecidas en la realización de juegos.</p>	<p>Circuitos y competencias atléticas y de habilidades motrices básicas</p>	<p>Espacios deportivos: coliseo y cancha</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cuidado de si mismo</li> </ul>		<p>Exploro juegos, deportes y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades.</p>			<p><b>Saber Ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura</p>	<p>Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.</p>	<p>Fotocopias de talleres y textos</p>
							<p>Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnásticas</p>	<p>Esenarios de recreo deportivos de la ciudad</p>
							<p>Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.</p>	
							<p>Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del</p>	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: 105001006246 NIT: 811019634-5  
"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE

## ***13 PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO DOS: CUARTO A QUINTO.***

### **CUARTO- QUINTO**





### 13.1 PLANES DE UNIDAD - GRADO CUARTO - PRIMER PERIODO - FASE 1

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Qué importancia tiene la actividad física para mi salud?								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo motor</li> </ul>	Desarrolla	Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	<b>Competencia motriz:</b> Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos. Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas. Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. Analizo diversas	Reconocer y potenciar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en general.	<b>Saber conocer:</b> Reconoce movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas.	Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

				situaciones de juego y doy respuesta a ellas.				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>		<p>Aplico formas basicas de movimient o en la realizacion de diferentes practicas deportivas.</p>	<p><b>Competencia expresiva corporal:</b>          Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de</p>		<p><b>Saber hacer:</b>          Ejecuta movimientos técnicos de diferentes prácticas deportivas que ayudan a la regulación emocional en las situaciones</p>	<p>Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				juego y actividad física.		de juego.		
• Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.	• Condición física		Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.	<b>Competencia axiológica corporal:</b> Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.		<b>Saber ser:</b> Valoro la importancia de la actividad física para la salud.	Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación	Inventario del almacén de educación física
	• Lúdica motriz		Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta de ellas				Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Espacios deportivos: coliseo y cancha





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	Lenguajes corporales		identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.				Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Fotocopias de talleres y textos
	Cuidado de sí mismo						Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Escenarios inder
							Carreras de obstáculos y relevos	
							Actividades y pruebas gimnásticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Evaluación de las normas basicas del ajedrez	



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE MEDELLÍN NÚCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

## 13.2 PLANES DE UNIDAD - GRADO CUARTO -PRIMER PERIODO – FASE 2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿De qué soy capaz cuando juego y bailo?								
FUNDAMENTO TEÓRICO	HABILIDAD		COMPETENCIAS				EVALUACIÓN Y RECURSOS	
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> </ul>	Desarrollo motor	Desarrolla	Controlo de forma global y segmentaria a la realización de movimientos técnicos.	<b>Competencia motriz:</b> Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas. Identifico mis capacidades físicas en la realización de	Reconocer y potenciar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en	<b>Saber conocer:</b> Identifica las capacidades físicas en la realización de juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	general.			
• Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	· Técnicas del cuerpo		Aplico formas basicas de movimient o en la realizacion de diferentes practicas deportivas.	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.		<b>Saber hacer:</b> Práctica juegos, ejercicios gimnásticos y danzas con sus compañeros.	Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos	Recursos audiovisuales



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

• Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.	• Condición física		Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.	<b>Competencia axiológica corporal:</b> Decido mi tiempo de juego y actividad física.		<b>Saber ser:</b> Expresa con lenguaje verbal y no verbal los juegos, ejercicios gimnásticos y danzas.	Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación	Inventario del almacén de educación física
	• Lúdica motriz		Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta de ellas				Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Espacios deportivos: coliseo y cancha
	• Lenguajes corporales		identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.				Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Fotocopias de talleres y textos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo						Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, futbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Esnenarios recreo deportivos de la ciudad
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnasticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participacion y desempeño en las salidas recreativas de aventura al Parque Arví, al parque explora, a museos de la ciudad y escenarios Inder	



### **13.3 PLANES DE UNIDAD- GRADO CUARTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 3**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Qué prácticas corporales, deportivas y actividades físicas me permiten potencializar el trabajo en equipo?								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo motor</li> </ul>	Manifiesto	Controlo formas y duración de movimientos en prácticas deportivas, actividades físicas, juegos y rutinas rítmicas sencillas.	<b>Competencia Motriz:</b> Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas. Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo. Identifico movimiento	Reconocer y ejecutar los movimientos y las prácticas corporales de la cotidianidad, del juego, del deporte y de las actividades físicas en general que me permiten potenciar el trabajo en	<b>Saber conocer:</b> Asociación de los conceptos desarrollados en la clase con las diferentes prácticas corporales propias de las expresiones motrices deportivas, lúdicas y de	Diferentes practicas corporales, movimientos y ejecuciones deportivas, lúdicas y de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos





				s y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.	y equipo y desarrollar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación.	y actividad física que le permiten potenciar su trabajo en equipo.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>	Ejecuto	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo y reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.		<b>Saber conocer:</b> Identificación de las habilidades motrices básicas propias de las prácticas corporales y de las expresiones	Realización y participación en juegos de cooperación, oposición, ejecuciones individuales y en grupos	Recursos audiovisuales



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

			individuales y de grupo.			motrices deportivas, ludicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	Condición física		Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en las practicas deportivas, los juegos y la actividad física.	<b>Competencia Axiológica Corporal:</b> Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.		<b>Saber hacer:</b> Desarrolla diferentes prácticas corporales que permiten trabajar en equipo	Ejecución de ejercicios predeportivos, juegos de deportes de conjunto y circuitos de habilidades motrices básicas.	Inventario del almacén de educación física



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lúdica motriz</li> </ul>		<p>Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.</p>			<p><b>Saber hacer:</b> Participación en las diferentes practicas físicas propias de las expresiones motrices deportivas, ludicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.</p>	<p>Circuitos aerobicos y juegos de cooperacion y trabajo en equipo</p> <p>Espacios deportivos: coliseo y cancha</p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lenguajes corporales</li> </ul>		<p>Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.</p>			<p><b>Saber ser:</b> Manifestación de interés por mejorar sus condiciones físicas</p>	<p>Circuitos y competencias atléticas y de habilidades básicas de movimiento</p> <p>Fotocopias de talleres y textos</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo		Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.			<b>Saber ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura	Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, futbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Esenarios recreo deportivos de la ciudad
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnasticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	
							Exposicion tematica deportiva	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participacion y desempeño en las salidas recreativas y deportivas a escenarios Inder	



### 13.4 PLANES DE UNIDAD- GRADO CUARTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 4

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo expreso mediante el juego que acepto y quiero mi cuerpo?								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo motor</li> </ul>	Manifiesto	Controlo formas y duración de movimientos en prácticas deportivas, actividades físicas, juegos y rutinas rítmicas sencillas.	<p><b>Competencia Motriz:</b> Relaciones variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p> <p>Identifico</p>	Expresar mediante el juego que acepto y quiero mi cuerpo aplicando los movimientos, habilidades motrices fundamentales y las prácticas corporales de la cotidianidad, del juego, del deporte y de las actividades físicas en	<p><b>Saber conocer:</b> Reconoce reglas sencillas en diferentes prácticas motrices (lúdicas, deportivas y de actividad física) individuales y de grupo.</p>	Diferentes prácticas corporales, movimientos y ejecuciones deportivas, lúdicas y de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aeróbicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.  Propongo momentos de juego en el espacio escolar.	general a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación.			
• Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.	· Técnicas del cuerpo	Ejecuto	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo y reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante - atrás, arriba - abajo,		<b>Saber conocer:</b> Identificación de las habilidades motrices básicas propias de las prácticas corporales y de las expresiones motrices deportivas, lúdicas y de actividad física	Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos	Recursos audiovisuales



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				izquierda - derecha, de forma individual y grupal.		que permiten su desarrollo corporal.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	Condición física		Identifico movimientos y actividades de calentamiento o recuperación en las practicas deportivas, los juegos y la actividad física.	<b>Competencia Axiológica Corporal:</b> Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.		<b>Saber hacer:</b> Propone momentos de juego en el espacio escolar.	Ejecución de ejercicios predeportivos, juegos de deportes de conjunto y circuitos de habilidades motrices básicas.	Inventario del almacén de educación física





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	· Lúdica motriz		Reconozco a mis compañeros como co- constructores del juego.			<b>Saber hacer:</b> Participación y aplicación de las habilidades motrices fundamentales en las diferentes prácticas físicas propias de las expresiones motrices deportivas, lúdicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.	Circuitos aeróbicos y juegos de cooperación y trabajo en equipo	Espacios deportivos: coliseo y cancha
	· Lenguajes corporales		Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.			<b>Saber ser:</b> Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo.	Circuitos y competencias atléticas y de habilidades básicas de movimiento	Fotocopias de talleres y textos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo		Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.			<b>Saber ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura	Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Escenarios recreo deportivos de la ciudad
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnásticas	Gestión de salida recreativa a escenario acuático
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y temáticas del periodo	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participacion y desempeño en las salidas recreativas y deportivas a escenarios Inder	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### **13.5 PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - PRIMER PERIODO - FASE 1**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?											
AÑO: 2016		PERÍODO: 1		GRADO: 5		GRUPOS: 5°1 - 5°2 - 5°3					
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS					
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS			



<ul style="list-style-type: none"> <li>•Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo motor</li> </ul>	<p>Aplica</p>	<p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</p>	<p><b>Competencia motriz:</b> Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas. Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p>	<p>Aplicar y consolidar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en general.</p>	<p><b>Saber conocer:</b> Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.</p>	<p>Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.</p>	<p>Recursos humanos</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas del cuerpo</li> </ul>		<p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p>	<p><b>Competencia expresiva corporal:</b> identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y</p>		<p><b>Saber hacer:</b> Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.</p>	<p>Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Cuaderno y diccionario de Educación Física</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				comparto con mis compañeros.				
	· Condición física		Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.	<b>Competencia axiológica corporal:</b> Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.		<b>Saber ser:</b> Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.	Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación	Recursos audiovisuales
	· Lúdica motriz		Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.				Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Inventario del almacén de educación física



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	· Lenguajes corporales		Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.				Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Espacios deportivos: coliseo y cancha
	· Cuidado de sí mismo		Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.				Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Fotocopias de talleres y textos
							Carreras de obstáculos y relevos	Escenarios
							Actividades y pruebas gimnásticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Evaluación de las normas basicas del ajedrez	





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

### 13.6 PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - PRIMER PERIODO - FASE 2

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deportes								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
•Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	· Desarrollo motor	Aplica	Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.	<b>Competencia motriz:</b> Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo. Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-	Aplicar y consolidar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, en la cotidianidad, en la lúdica y el deporte y las actividades físicas en general.	<b>Saber conocer:</b> Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Diferentes ejecuciones de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

				constructores del juego.				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>		Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.		<b>Saber hacer:</b> Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos	Escenarios Inder
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Condición física</li> </ul>		Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los	<b>Competencia axiológica corporal:</b> Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis		<b>Saber ser:</b> Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.	Ejecución de ejercicios de aplicación de la espacialidad, temporalidad y coordinación	Recursos audiovisuales



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

			resultados.	condiciones personales.				
	· Lúdica motriz		Análisis de diversas situaciones de juego y doy respuestas a ellas.				Circuitos de velocidad, resistencia, flexibilidad y fuerza	Inventario del almacén de educación física
	· Lenguajes corporales		Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.				Circuitos y competencias atléticas y de patrones básicos de movimiento	Espacios deportivos: coliseo y cancha



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	Cuidado de sí mismo		Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para misalud.				Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, futbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Fotocopias de talleres y textos
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnasticas	Esenarios recreo deportivos de la ciudad
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	
							Exposicion tematica deportiva	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participación y desempeño en las salidas recreativas de aventura al Parque Arví, al parque explora, a museos de la ciudad y escenarios Inder	



### **13.7 PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - SEGUNDO PERIODO – FASE 3**

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego y en las prácticas deportivas?								
FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
•Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	· Desarrollo motor	Manifiesta	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Controlo formas y duración de movimientos en prácticas deportivas, actividades físicas, juegos y rutinas rítmicas sencillas.	<b>Competencia motriz:</b> Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de	Reconocer y ejecutar los movimientos y las prácticas corporales de la cotidianidad, del juego, del deporte y de las actividades físicas en general que me permiten vivenciar y evidenciar la importancia que tiene la comunicación corporal y desarrollar las habilidades motrices básicas	<b>Saber conocer:</b> Conocimiento de los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego, prácticas deportivas y actividades físicas.	Diferentes prácticas corporales, movimientos y ejecuciones deportivas, lúdicas y de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aeróbicos y rutinas de repetición de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

				ella. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.	y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación.			
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas del cuerpo</li> </ul>	Ejecuta	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo y reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	<b>Competencia expresiva corporal:</b> Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.		<b>Saber conocer:</b> Identificación de las habilidades motrices básicas propias de las practicas corporales y de las expresiones motrices	Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos	Recursos audiovisuales



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

						deportivas, lúdicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Condición física</li> </ul>		Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en las practicas deportivas, los juegos y la actividad física.	<p><b>Competencia axiológica corporal:</b> Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente</p>		<p><b>Saber hacer:</b> Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.</p>	Ejecución de ejercicios predeportivos, juegos de deportes de conjunto y circuitos de habilidades motrices básicas.	Inventario del almacén de educación física





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	· Lúdica motriz		Propongo momentos de juego en el espacio escolar. Reconozco movimientos que propios de las practicas deposrtivas, ludicas de actovidad física y que se ajusten al ritmo musical.			<b>Saber hacer:</b> Participación en las diferentes practicas físicas propias de las expresiones motrices deportivas, ludicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.	Circuitos aerobicos y juegos de cooperacion y trabajo en equipo	Espacios deportivos: coliseo y cancha
	· Lenguajes corporales		Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.			<b>Saber ser:</b> Manifestación de responsabilidad y de cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.	Circuitos y competencias atléticas y de habilidades básicas de movimiento	Fotocopias de talleres y textos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	· Cuidado de sí mismo					<b>Saber ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura	Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Escenarios recreo deportivos de la ciudad
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnásticas	
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	
							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y temáticas del periodo	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participacion y desempeño en las salidas recreativas y deportivas a escenarios Inder	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### **13.8 PLANES DE UNIDAD- GRADO QUINTO - SEGUNDO PERIODO - FASE 4**

FUNDAMENTO TEÓRICO		HABILIDAD		COMPETENCIAS		EVALUACIÓN Y RECURSOS		
ESTÁNDAR	EJES TEMÁTICOS	NOMBRE DE LA HABILIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD	COMPETENCIA	OBJETIVO DE LA COMPETENCIA	INDICADORES DE DESEMPEÑO	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	RECURSOS EDUCATIVOS
•Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Desarrollo motor	Manifiesta	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Controlo formas y duración de movimientos en prcticas deportivas, actividades físicas, juegos y rutinas rítmicas sencillas.	<b>Competencia motriz:</b> Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad. Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.	Reconocer y ejecutar los moviemintos y las prácticas corporales de la cotidianidad, del juego, del deporte y de las actividades físicas en general que me permiten valorar mi condición física y su importancia para la salud e interacción con los demás y desarrollar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las	<b>Saber conocer:</b> Reconoce el estado de su condición física y su relación con su estado emocional.	Diferentes practicas corporales, movimientos y ejecuciones deportivas, ludicas y de actividad física saludable, pruebas de ejercicios aerobicos y rutinas de repeticion de ejercicios osteomusculares.	Recursos humanos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

					expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación.			
--	--	--	--	--	---	--	--	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas del cuerpo</li> </ul>	Ejecuta	<p>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo y reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p>	<p><b>Competencia expresiva corporal:</b> Identifico como las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado; y de esta manera como afecto la relación con los demás.</p>		<p><b>Saber conocer:</b> Identificación de las habilidades motrices básicas propias de las prácticas corporales y de las expresiones motrices deportivas, lúdicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.</p>	<p>Realización y participación en juegos de cooperación oposición, ejecuciones individuales y en grupos</p>	<p>Recursos audiovisuales</p>
---	---	---------	---	---	--	--	---	-------------------------------



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Condición física</li> </ul>		Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en las practicas deportivas, los juegos y la actividad física.	<b>Competencia axiológica corporal:</b> Identifico la importancia de la práctica motriz para mejorar mi condición física y su aporte para mi salud.		<b>Saber hacer:</b> Participa de forma activa en las diferentes expresiones motrices mejorando la interacción con los demás.	Ejecución de ejercicios predeportivos, juegos de deportes de conjunto y circuitos de habilidades motrices básicas.	Inventario del almacén de educación física
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lúdica motriz</li> </ul>		Propongo momentos de juego en el espacio escolar. Reconozco movimientos que propios de las practicas deportivas, ludicas de actividad física y que se ajusten al ritmo musical.			<b>Saber hacer:</b> Participación en las diferentes practicas físicas propias de las expresiones motrices deportivas, ludicas y de actividad física que permiten su desarrollo corporal.	Circuitos aerobicos y juegos de cooperacion y trabajo en equipo	Espacios deportivos: coliseo y cancha



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	· Lenguajes corporales		Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.			<b>Saber ser:</b> Toma conciencia de la importancia de mejorar y mantener la salud.	Circuitos y competencias atléticas y de habilidades básicas de movimiento	Fotocopias de talleres y textos
	· Cuidado de sí mismo					<b>Saber ser:</b> Expresión de conductas adecuadas de responsabilidad, respeto, disciplina, y convivencia durante el trabajo de la asignatura	Juegos deportivos de conjunto con balón comunes en el medio: baloncesto, voleibol, fútbol-sala, balonmano, softbol y rugby.	Esenarios recreo deportivos de la ciudad
							Carreras de obstáculos y relevos y actividades y pruebas gimnásticas	Gestión de salida recreativa a escenario acuático
							Rutina de Calentamiento y Estiramiento general y específico.	





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

							Elaboración de los diarios de campo, las consultas de reglamentos deportivos y tematicas del periodo	
							Exposicion tematica deportiva	
							Participación y desempeño en las actividades de las sesiones del periodo	
							Participacion y desempeño en las salidas recreativas y deportivas a escenarios Inder	



## 13.9 ESTÁNDARES EDUCACION FISICA

### MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º- 5º)

ENUNCIADO	1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TÉCNICAS DEL CUERPO, CONDICIÓN FÍSICA, LÚDICA MOTRIZ	2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
<b>VERBO</b>	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA
<b>Controlo</b>	De forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.  Formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.		
<b>Ajusto</b>	Los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.		
<b>Relaciono</b>	Variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.		
<b>Realizo</b>	Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.	Secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda derecha, de forma individual y grupal.	Actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.
<b>Aplico</b>	Formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas		



	<p>deportivas.</p> <p>Técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</p>		
<b>Cuido</b>	<p>Mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p>		
<b>Propongo</b>	<p>la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad.</p> <p>Momentos de juego en el espacio escolar.</p>		
<b>Identifico</b>	<p>Pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</p> <p>Mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</p> <p>Movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Los cambios fisiológicos que se</p>	<p>Técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</p>	<p>El valor de la condición física y su importancia para mi salud.</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	presentan entre actividad física-pausa-actividad física.		
<b>Analizo</b>	Diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.		
<b>Acepto y pongo</b>	En práctica las reglas de juego.		
<b>Reconozco</b>	A mis compañeros como co-constructores del juego.	y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.  Movimientos que se ajusten al ritmo musical.	
<b>Tomo</b>	El tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.		
<b>Reflexiono</b>			Sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
<b>Decido</b>			mi tiempo de juego y actividad física.
<b>Valoro</b>			mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.



### **13.10 TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA**

#### **MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.(4º,p1)	Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.(4º,p1)	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.(5º,p3)
Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.(4º y 5º,p4)	Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento(4º,p1)	Realizo actividad física actuando con respeto a mí cuerpo. (4º y 5º, p1-2-3-4)
Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.(4º y 5º,p4)	Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda derecha, de forma individual y grupal.(4º y 5º,p4)	Propongo momentos de juego en el espacio escolar.(4º y 5º,p4)
Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.(5º, p1)	Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes Prácticas deportivas. (4º,p3)	Propongo la realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.(4º y 5º,p1)
Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.(5º,p4)	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.(5º,p4)	Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.(4º,p1)
Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos. (4º y 5º,p3)	Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.(4º y 5º,p3)	Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.(5º,p2)
Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con		Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.(4º,p2)
		Reconozco A mis compañeros como co-



<p>lenguaje verbal y no verbal. (5°,p4)</p> <p>Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.(4°,p3)</p> <p>Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.(5°,p1)</p> <p>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.(5°,p4)</p> <p>Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.(5°,p3)</p> <p>Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.(4°,p4)</p>		<p>constructores del juego.(5°,p1)</p> <p>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.(4°,p3)</p> <p>Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.(5°,p4)</p> <p>Decido mí tiempo de juego y actividad física.(4° y 5°,p3)</p> <p>Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.(4°,p4)</p>
---	--	---



### **13.11 MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º- 5º)**

<b>Ciclo 2:</b> GRADOS CUARTO – QUINTO				
<b>Meta:</b> Los y las estudiantes de la I.E JORGE ROBLEDO al finalizar el ciclo 2 estarán en capacidad de reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal, reconociendo los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos				
<b>Objetivo específico GRADO 4:</b> Identificar las capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos, y desarrollar la capacidad de tolerar a los demás ante las diferentes circunstancias que presenta el juego para contribuir a su desarrollo		<b>Objetivo específico GRADO 5:</b> Aplicar formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas, y desarrollar la capacidad de tolerar a los demás ante las diferentes circunstancias que presenta el juego para contribuir a su desarrollo		
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo posibilitar la identificación de capacidades físicas a través del juego y la lúdica, que posibilite el reconocimiento de los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos?		<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo desarrollar experiencias motrices básicas de locomoción, a través de actividades y prácticas pre deportivas, que posibiliten fortalecer habilidades y técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos?		
<b>Definición de las Competencias del Componente:</b>				
<b>DESARROLLO MOTOR</b> Reconozco los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas	<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b> Analiza las distintas situaciones que se presentan en su entorno	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b> Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos,	<b>LÚDICA MOTRIZ</b> Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia.	<b>EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLÓGICA</b> Reflexiono acerca del valor de la actividad física para la formación personal.



situaciones y contextos.		capacidades		
<b>Nivel de Desarrollo de las Competencias</b>				
N1 realiza movimientos en forma global y segmentaria del cuerpo	N1 observa formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.	N1 Identifica pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas	.N1 observa y participa en los diferentes juegos propuestos	N1 observa danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal.
N2 Ajusta los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos.	N2 Cuida mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.	N2 comprende capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.	N2 Acepta y pone en práctica las reglas de juego.	N2 Valora la danza y bailes para beneficio personal
N3 Controla formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas Sencillas.	N3 Aplica técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.	N3 aplica movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	N3 Reconoce los compañeros como actores del juego.	N3 ejecuta danzas y prácticas lúdicas
N4 Relaciona variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	N4 Analiza reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	N4 analiza los hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.	N4 Analiza diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas	N4 analiza secuencias de movimientos con música,
N5 Realiza posturas corporales propias	N5 pongo en práctica las normas de juego y actividades físicas que	N5 establece los	N5 concreta momentos de juego en el espacio escolar.	N5 concluye y Reflexiona sobre la importancia de la actividad física para la salud.
			N6 evalúa toma el tiempo de juego como momento independiente de	N6 reconoce el valor





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<p>de las técnicas de movimiento</p> <p>N6 diferencia las posturas, los movimientos y el desarrollo del cuerpo</p>	<p>practico</p> <p>N6 clarifico la importancia de las prácticas deportivas</p>	<p>cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa actividad física.</p> <p>N6 reconoce los cambios fisiológicos que ocurren en su cuerpo al realizar actividad física</p>	<p>tareas escolares.</p>	<p>de la actividad física y su importancia para la salud.</p>
--	--	---	--------------------------	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
 “**EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD**”  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

### **13.12 ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERIODO**

**MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)**

	Periodo uno		Periodo dos	
<b>Grado 4ª</b>	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.	Acepto y pongo en práctica las reglas de juego	Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas	Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical.
<b>Grado 5ª</b>	Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.	Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud	Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas	Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo

### **13.13 CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO**

**MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)**

	TEMAS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<b>GRADO 4</b> <b>Periodo 1</b>	<b>RESISTENCIA FÍSICA</b>	Identificación de pruebas que indiquen el estado de capacidades físicas	Realización de actividad física actuando con respeto al cuerpo.  Aplicación de reglas sencillas en diferentes pruebas	Propone y valora la realización de juegos y actividades físicas



			individuales y de grupo.	
<b>Periodo 1</b>	<b>GIMNASIA</b>	Identificación de técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional del cuerpo a través de momentos gimnásticos.	Coordinación de movimientos del cuerpo en la manipulación de objetos.  Aplicación de formas básicas de movimiento en la realización de diferentes ejercicios gimnásticos.	Reflexiona sobre la importancia de la actividad física para su salud.  Valora la capacidad para realizar actividad física adecuada con sus condiciones personales.
<b>Período 2</b>	<b>PRÁCTICAS DEPORTIVAS</b>	Identificación del valor de la condición física para el deporte y su beneficio para la salud.  Identificación de reglas de juego del baloncesto y lanzamiento del balón.	Aplicación reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.  Aplicación reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	Decide el tiempo de juego y actividad física deportiva.  - Aprovecha el tiempo de juego deportivo como momento independiente de tareas escolares.
<b>Período 2</b>	<b>RITMO MUSICAL</b>	Reconocimiento de danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje Verbal y no verbal.	Realización de actividad física actuando con respeto al cuerpo.	Acepta que tiene fortalezas y dificultades en el aprendizaje de diferentes ritmos musicales
<b>GRADO 5</b>	<b>CAMBIOS</b>	Identificación de cómo las emociones afectan el	Realización de actividades físicas actuando con respecto	Propone y valora la realización de juegos y



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

Periodo 1	FISIOLÓGICOS	cuerpo	al cuerpo	actividades físicas
Periodo 1	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	Conocimiento de las reglas de juego en las diferentes competencias deportivas	Aplicación de reglas en diferentes pruebas deportivas individuales y de grupo.	desarrolla su pensamiento en cuanto a su postura
Periodo 2	<b>BALONCESTO</b>	Identificación del valor de la condición física para el baloncesto y su beneficio para la salud.	Aplicación de reglas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.	Decide el tiempo de juego y actividad física deportiva.  Aprovecha el tiempo de juego deportivo.
Periodo 2	<b>COREOGRAFÍAS.</b>	Reconocimiento de danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje Verbal y no verbal.	Utilización de otros ritmos que sirven para coordinar movimientos.  Investigación de otros ritmos folklóricos	Practica de forma adecuada los movimientos



## 13.14 INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA

### CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)

	PRIMER PERÍODO		SEGUNDO PERÍODO	
	FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4
<b>GRADO 4</b>	<b>Identifica, realiza y valora las actividades físicas practicadas en la institución.</b>  <b>SUPERIOR</b>  Identifica, realiza y valora óptimamente las actividades físicas practicadas en la institución.  <b>ALTO</b> Identifica, realiza y valora totalmente las actividades físicas practicadas en la institución.  <b>BÁSICO</b> Identifica, realiza y valora	<b>Identifica, coordina y reflexiona sobre los movimientos gimnásticos durante la actividad física.</b>  <b>SUPERIOR</b>  Identifica, coordina y reflexiona de manera óptima sobre los movimientos gimnásticos durante la actividad física.  <b>ALTO</b> Identifica, coordina y reflexiona totalmente sobre los movimientos gimnásticos durante la	<b>Identifica y aplica las reglas aprendidas de las diferentes prácticas deportivas aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</b>  <b>SUPERIOR</b>  Identifica y aplica de manera óptima las reglas aprendidas de las diferentes prácticas deportivas aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares  <b>ALTO</b>	<b>Reconoce y realiza prácticas lúdicas musicales aceptando sus fortalezas y dificultades durante el aprendizaje.</b>  <b>SUPERIOR</b>  Reconoce y realiza óptimamente prácticas lúdicas musicales aceptando sus fortalezas y dificultades durante el aprendizaje.  <b>ALTO</b> Reconoce y realiza totalmente prácticas lúdicas musicales aceptando sus fortalezas y dificultades durante el



	<p>mínimamente las actividades físicas practicadas en la institución.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta identificar, realizar y valorar las actividades físicas practicadas en la institución.</p>	<p>actividad física.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Identifica, coordina y reflexiona mínimamente sobre los movimientos gimnásticos durante la actividad física.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta identificar, coordinar y reflexionar sobre los movimientos gimnásticos durante la actividad física.</p>	<p>Identifica y aplica totalmente las reglas aprendidas de las diferentes prácticas deportivas aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Identifica y aplica mínimamente las reglas aprendidas de las diferentes prácticas deportivas aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta identificar y aplicar las reglas aprendidas de las diferentes prácticas deportivas aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</p>	<p>aprendizaje.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Reconoce y realiza mínimamente prácticas lúdicas musicales aceptando sus fortalezas y dificultades durante el aprendizaje.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta reconocer y realizar prácticas lúdicas musicales aceptando sus fortalezas y dificultades durante el aprendizaje.</p>
--	--	---	--	---



GRADO 5ª	<p><b>Identifica y realiza las diferentes actividades físicas valorando los diversos juegos y ejercicios practicados en la institución.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b></p> <p>identifica y realiza óptimamente las diferentes actividades físicas valorando los diversos juegos y ejercicios practicados en la institución.</p> <p><b>ALTO</b></p> <p>identifica y realiza totalmente las diferentes actividades físicas valorando los diversos juegos y ejercicios practicados en la institución.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Identifica y realiza</p>	<p><b>Reconoce y practica diferentes juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando su condición física.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b></p> <p>Reconoce y practica óptimamente diferentes juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando su condición física.</p> <p><b>ALTO</b></p> <p>Reconoce y practica totalmente diferentes juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando su condición física.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Reconoce y practica mínimamente diferentes</p>	<p><b>identifica y aplica las reglas básicas del baloncesto, aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</b></p> <p><b>SUPERIOR</b></p> <p>identifica y aplica óptimamente las reglas básicas del baloncesto, aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p> <p><b>ALTO</b></p> <p>Identifica y aplica totalmente las reglas básicas del baloncesto, aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p> <p><b>BÁSICO</b></p>	<p><b>reconoce y utiliza algunos ritmos folclóricos y tradicionales practicando de forma adecuada los movimientos</b></p> <p><b>SUPERIOR</b></p> <p>reconoce y utiliza óptimamente algunos ritmos folclóricos y tradicionales practicando de forma adecuada los movimientos.</p> <p><b>ALTO</b></p> <p>Reconoce y utiliza totalmente algunos ritmos folclóricos y tradicionales practicando de forma adecuada los movimientos.</p> <p><b>BÁSICO</b></p> <p>Reconoce y utiliza mínimamente algunos ritmos folclóricos y</p>
-------------	---	--	---	--



	<p>mínimamente las diferentes actividades físicas valorando los diversos juegos y ejercicios practicados en la institución.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta identificar y realizar las diferentes actividades físicas valorando los diversos juegos y ejercicios practicados en la institución.</p>	<p>juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando su condición física.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta reconocer y practicar diferentes juegos y actividades físicas con reglas sencillas, desarrollando la condición física.</p>	<p>Identifica y aplica mínimamente las reglas básicas del baloncesto, aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta identificar y aplicar las reglas básicas del baloncesto, aprovechando el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p>	<p>tradicionales practicando de forma adecuada los movimientos.</p> <p><b>BAJO</b></p> <p>Se le dificulta reconocer y utilizar algunos ritmos folclóricos y tradicionales practicando de forma adecuada los movimientos.</p>
--	---	---	--	--





## **13.15 METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR GRADO 4º Y 5º - CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)**

#### **METODOLOGIA:**

Este modelo procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las experiencias de éstos con la vida o con las ciencias.

El modelo pretende potenciar el pensamiento de los y las estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados y relacionados con su cotidianidad.

El estudiante debe aprender a pensar y aprender haciendo para esto se utilizan estrategias como el aprendizaje significativo, los mapas conceptuales, el método de enseñanza por proyectos, la pedagogía conceptual, la formación en investigación–acción, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo y aprendizaje colaborativo

Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano

#### **Aspectos Metodológicos**

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:

- Tareas exploratorias. Entendiéndose como aquellas en las que alumnos y alumnas exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

- Tareas guiadas, donde los y las estudiantes y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- Trabajo por estaciones. Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.
- Juegos sensoriales en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.
- Juegos de expresión con o sin texto. Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- Juegos cooperativos, en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.
- Juegos pre deportivos, en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- Juegos Mini deportivos, en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.

**RECURSOS:**

Lazos, aros, balones pelotas, música, espacios físicos, colchonetas



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### 13.16 **EVALUACIÓN EDUCACION FISICA**

#### **MALLA CURRICULAR - CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)**

<b>CRITERIOS</b>	<b>PROCESO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
<b>Asistencia a periódica a clase</b>  <b>Apuntes de clase (cuaderno)</b>  <b>Consultas</b>  <b>Actividades por fuera del aula.</b>  <b>Evaluaciones en forma practica</b>	Verificación de asistencia  -Trabajo en equipos y - actividades de colaboración.  -Revisión de cuadernos y apuntes de clase  -Observación de actividades físicas	Llamada a lista.  -Organización de equipos de trabajo para grupos de juego en determinado deporte.  -Revisión periódica del cuaderno  -Verificación de tareas asignadas de manera individual y grupal en forma práctica.	-Evaluación practica mensual.  -Una consulta por mes.  -Una tarea física por semana.  -Actividades de aplicación de acuerdo con el desarrollo de la programación y las horas de trabajo efectivas  -Valoraciones periódicas de acuerdo con el desarrollo de las temáticas propuestas.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### 13.17 PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:

#### CICLO DOS (GRADOS 4º - 5º)

GRADO	PLANES DE APOYO	PERIODOS			
		P 1		P2	
CUARTO	RECUPERACION	Consultar un plan de calentamiento y estiramiento	Realizar una cartilla con los movimientos gimnásticos practicados en Colombia	Realizar una presentación con diapositivas de las principales prácticas deportivas en Medellín	Investigación en internet sobre los deportistas más conocidos en el ámbito de la gimnasia
CUARTO	NIVELACION	Realizar una cartelera sobre la buena alimentación	Presentar un trabajo sobre la historia del futbol como práctica deportiva	Escribir un poema al deporte.	Componer trovas referentes a los ritmos folclóricos de Colombia y presentarlos en cd
CUARTO	PROFUNDIZACION	Hacer una maqueta en la que se desarrolle una carrera de obstáculos	Hacer una presentación en diapositivas sobre los hábitos nocivos para la salud	Grabar un video con diferentes ejercicios de relajación	Realizar una maqueta con plastilina sobre los principales cambios fisiológicos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

					humanos.
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>PERIODOS</b>			
<b>QUINTO</b>	<b>RECUPERACION</b>	<b>P 1</b>		<b>P2</b>	
		Investigar equipos conocidos y ganadores en el baloncesto del año en curso	Elaborar balones con material reciclaje para el baloncesto.	Realización de un video con dos bailes folclóricos.	Inventar un cuento sobre la importancia de la resistencia física.
<b>QUINTO</b>	<b>NIVELACION</b>	Elaborar una cartelera con los instrumentos adecuados para la gimnasia.	Inventar otros ejercicios pre gimnásticos y realizar un poster con las imágenes	Hacer una caricatura que relacione la salud, el deporte y la institución	Exposición en cartelera de trajes típicos colombianos.
<b>QUINTO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Carrusel de ejercicios posturales. Actividad grupal: equilibrio con bastones.	Realizar un taller de las reglas básicas del baloncesto	Elaboración con diferentes materiales de un balón para el deporte del futbol.	Inventar un ritmo diferente al enseñado y presentarlo en video.

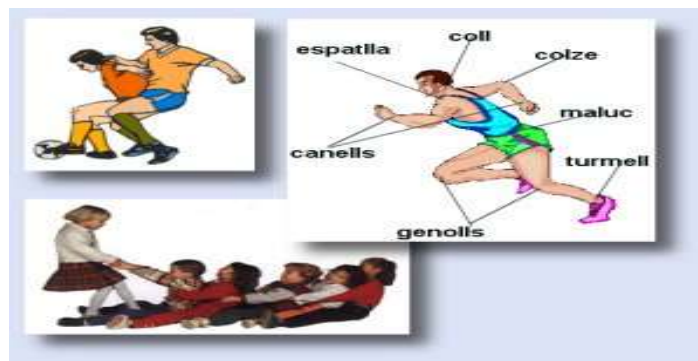


SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
 “**EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD**”  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

## 14 PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO TRES

### SEXTO- SEPTIMO



#### 14.1 ESTANDARES EDUCACION FISICA

MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)

ENUNCIADO	1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TECNICAS DEL CUERPO, CONDICION FÍSICA, LUDICA MOTRIZ	2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
VERBO	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA



<b>Relaciono</b>	<p>las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.</p> <p>La práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</p>	<p>mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).</p>	
<b>Controlo</b>	<p>el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.</p>		
<b>Realizo</b>	<p>Secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.</p>		
<b>Comprendo</b>	<p>Los efectos fisiológicos los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</p> <p>Los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas y práctico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p> <p>La importancia de las reglas para el desarrollo del juego.</p>	<p>Diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.</p>	<p>que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</p> <p>la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.</p>
<b>Perfecciono</b>	<p>Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p>		
<b>Combino</b>	<p>Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.</p>		



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	Técnicas de tensión-relajación y control corporal.		
<b>Reconozco</b>	Mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades gimnásticas.  Procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.		
<b>Identifico</b>	Tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.		mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.
<b>Practico</b>	Elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas.		
<b>Interpreto</b>	Situaciones de juego y propongo diversas soluciones.		
<b>Construyo</b>	la conformación equitativa de los grupos de juego.		
<b>Organizo</b>	Juegos para desarrollar en la clase.		
<b>Tolero</b>	Ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.		
<b>Comparo</b>		y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.	
<b>Ajusto</b>		mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.	
<b>Participo</b>		en bailes folclóricos y	





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		modernos, siguiendo pasos o coreografías.	
<b>Aplico</b>			las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.
<b>Procuro</b>			cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.

## **14.2 TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6° – 7°)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos. (7°, P3)	Realizo Secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas.(7°, P3)	Relaciono mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).(6°,P1)
Relaciono la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.(6°, P2)	Perfecciono Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento. (7°, P4)	Controlo el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos.(6°, P3)
Comprendo Los efectos fisiológicos los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas de la respiración en el desarrollo de la actividad física.(7°, P4)	Combino Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas. (6°,P3)	Comprendo Diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.(7°, P3)
Comprendo los conceptos de las	Combino técnicas de tensión-relajación y control corporal.(6°,P1)	
	Practico elementos de actividades físicas	



<p>capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas.(6°, P4)</p> <p>Comprendo y practico la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.(6°, 7°, P1)</p> <p>Comprendo la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.(7°, P4)</p> <p>Reconozco Procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la actividad física.(6°, P1)</p> <p>Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.(7°, P2)</p> <p>Interpreto situaciones de juego y propongo diversas soluciones. (6°, P3)</p>	<p>alternativas o contemporáneas.(6°,P2)</p> <p>Contribuyo a la conformación equitativa de los grupos de juego.(7°, P4)</p> <p>Organizo juegos para desarrollar en la clase.(7°, P4)</p> <p>Comparo y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.(6°, P4)</p> <p>Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.(7°, P3)</p> <p>Participo en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías.(7°,P4)</p> <p>Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico. (7°, P3)</p>	<p>Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida. (6°, 7°, P4)</p> <p>Comprendo la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego.( 6°, 7°, P3)</p> <p>Reconozco Mis fortalezas y limitaciones en la exploración de modalidades gimnásticas.(7°, P4)</p> <p>Soy tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo. (6°, P3)</p> <p>Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana.(6°, 7°, P1)</p> <p>Identifico mis fortalezas y debilidades en la actividad física, para lograr mis metas y conservar la salud.(6°, P2,P3)</p>
--	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### **14.3 PLAN DE AREA EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR GRADO 6º Y 7º - CICLO TRES (GRADOS 6º - 7º)**

<b>Ciclo 3: GRADOS SEXTO – SEPTIMO</b>	
<b>Meta:</b> Al finalizar el ciclo 3, los y las estudiantes de la I.E JORGE ROBLEDO estarán en capacidad de demostrar una actitud positiva frente al cumplimiento de las normas de juego, el respeto por sí mismo, por el adversario y por todos los que participan del juego, la adquisición de su condición física de base mediante los ejercicios gimnásticos y la práctica de la expresión corporal.	
<b>Objetivo específico GRADO 6:</b> Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física	<b>Objetivos específicos GRADO 7:</b> Posibilitar alternativas de estrategias de trabajo teórico y práctico para que pueda alcanzar el mejoramiento de su condición física  Respetar las reglas de juego para lograr un mejoramiento de las relaciones interpersonales con transferencia a la vida diaria
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo posibilitar el desarrollo de las capacidades físicas básicas en el mejoramiento de la precisión, economía y eficacia, para un mejor acondicionamiento físico, que genere en el estudiante actitudes favorables hacia la práctica de la actividad física?	<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo fortalecer el desarrollo de las capacidades físicas básicas en el mejoramiento de la precisión, economía y eficacia, para un mejor acondicionamiento físico, que genere en el estudiante actitudes favorables hacia la práctica de la actividad física?



<b>Definición de las Competencias del Componente:</b>				
<b>DESARROLLO MOTOR</b>	<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	<b>EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLÓGICA</b>
Reconoce los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos.	Analiza las distintas situaciones que se presentan en su entorno	Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos, capacidades	Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia.	Reconoce que es un ser con valores a través de las relaciones que establece con los demás.
<b>Nivel de Desarrollo de las Competencias</b>				
N1 Conoce el movimiento en diversos espacios, al desplazarse y manipular objetos.  N2 comprende las Secuencias de movimiento y su duración  N3 aplica las variaciones al realizar movimientos  N4 Analiza Los efectos	N1 Identifica tácticas sencillas a partir de la práctica deportiva y sus reglas  N2 Diferencia técnicas de tensión-relajación y control corporal.  N3 Combina Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.  N4 distingue sus fortalezas y	N1 organiza los conceptos de las capacidades físicas  N2 describe los Procedimientos para realizar el calentamiento y recuperación en la Actividad física.  N3 Relaciona la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.	N4 Interpreta situaciones de juego y propongo diversas soluciones.  N2 Comprende la importancia de las reglas para el desarrollo del juego.  N3 Contribuye a la conformación equitativa de los grupos de juego.  N3 Organiza juegos para desarrollar en la	N1 Comprende Diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de sus emociones en situaciones de juego y actividad física.  N2 Comprende la importancia del tiempo para la actividad física y el juego.  N3 Ajusto mis movimientos al movimiento de mis



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<p>fisiológicos ocurridos al desarrollar su cuerpo</p> <p>N5 mejora las Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</p> <p>N6 evalúa y mejora los efectos, cambios, y posturas fisiológicos.</p>	<p>limitaciones en la exploración de modalidades gimnásticas.</p> <p>N5 organiza elementos de actividades físicas</p> <p>N6 evalúa sus fortalezas y limitaciones gimnásticas</p>	<p>N4 Comprende y practica la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</p>	<p>clase.</p> <p>N4 es tolerante ante las diferentes circunstancias que le presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</p>	<p>compañeros y al ritmo de la música.</p> <p>N4 Aplica las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.</p> <p>N5 Relaciona sus emociones con estados fisiológicos de su cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).</p>
---	--	---	---	---

#### **14.4 ESTÁNDARES EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO**

##### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)**

	<b>Periodo Uno</b>	<b>Periodo Dos</b>	<b>Periodo Tres</b>	<b>Periodo Cuatro</b>
	Reconozco procedimientos para realizar el calentamiento y	Relaciono la práctica de la actividad física desde los deportes de conjunto	Combino Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas	Comparo y ejecuto danzas, coreografías generales y prácticas lúdicas de



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<b>Grado 6</b>	recuperación en la actividad física.	(baloncesto y Volibol) y los hábitos saludables.	deportivas.	tradición regional
<b>Grado 7</b>	Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana	Identifico tácticas a partir de la práctica deportiva desde los deportes de conjunto (baloncesto y voleibol y sus reglas	Aplico las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.	Organizo juegos para desarrollar en la clase

## **14.5 CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERÍODO**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)**

	<b>TEMAS</b>	<b>CONCEPTUALES</b>	<b>PROCEDIMENTALES</b>	<b>ACTITUDINALES</b>
<b>GRADO 6</b> <b>Periodo 1</b>	<b>ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GIMNASIA</b>	Identificación de cada uno de los aspectos relacionados con el acondicionamiento físico adaptándolos a su propio cuerpo.	realización de actividades de acondicionamiento físico en equipo	Adopta una actitud crítica frente a las fortalezas y debilidades de su condición física
<b>Periodo 2</b>	<b>BALONCESTO Y VOLEIBOL (DEPORTES DE CONJUNTO)</b>	1. Reconocimiento de las diferentes formas del deporte de conjunto desde el baloncesto y el	1. Ejecución de los movimientos básicos del baloncesto y el voleibol, adoptando así posturas	1. Muestra disciplina cuando participa en actividades físicas deportivas



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

		voleibol básica 2. Identificación y reconocimiento las prácticas de una nutrición saludable y la realización de actividades motrices grupales en beneficio de la convivencia.	adecuadas para cada técnica. 2. Seguimiento de orientaciones durante la realización de la actividad física que favorecen su nivel de rendimiento..	y recreativas con baloncesto y voleibol. 2. Muestra disciplina cuando participa en actividades físicas deportivas y recreativas con baloncesto y voleibol
<b>Período 3</b>	<b>EXPRESIONES MOTRICES ARTISTICAS DANZA FOLCLORICA</b>	Coordinación de patrones básicos de movimiento y conservación de su equilibrio en la ejecución de ellos  Reconocimiento de danzas folclóricas  Aprendizaje de aeróbicos rítmicos	Expresión de las diferentes formas gimnásticas y de patrones de movimiento rítmico, apoyado en el ritmo musical	Asocia los patrones de movimiento de la gimnasia y de la danza, con su práctica deportiva en la vida diaria
<b>Período 4</b>	<b>ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD JUEGOS PREDEPORTIVOS</b>	Reconocimiento de habilidades en el manejo básico de los fundamentos del Voleibol: Velocidad, salto. Golpe de dedos. Juego pre deportivo	Desarrollo de juegos pre deportivos que se realizan para cada deporte de conjunto (Voleibol)	Cumple con las normas establecidas para cada juego propuesto en las clases.



<p><b>GRADO 7</b> <b>Periodo 1</b></p>	<p><b>PREPARACIÓN FÍSICA</b></p>	<p>Reconocimiento de las capacidades físicas básicas como condicionantes de las habilidades y destrezas motrices: Flexibilidad, resistencia, velocidad</p> <p>Acondicionamiento físico general</p>	<p>Experimentación de las habilidades básicas y su utilización en entornos cambiantes</p>	<p>Demuestra aciertos y desaciertos básicos en la realización de tareas motrices específicas en diversos tipos de situaciones y medios</p>
<p><b>Periodo 1</b></p>	<p><b>GIMNASIA</b></p>	<p>Conocimiento de temas y conceptos sobre origen, historia y metodología de la Gimnasia</p> <p>Estructuración del esquema corporal</p> <p>Aprendizaje de técnicas de respiración</p>	<p>Explicación de temas y conceptos sobre origen, historia y metodología de la Gimnasia</p>	<p>Valora la disciplina y el espíritu de superación al realizar ejercicios y destrezas gimnásticas.</p>
<p><b>Periodo 2</b></p>	<p><b>BALONCESTO Y VOLEIBOL (DEPORTES DE CONJUNTO)</b></p>	<p>1. Identificación de técnicas adecuada al realizar los gestos técnicos básicos del baloncesto y el voleibol</p>	<p>1. Utilización de formas de juego específicas del baloncesto y el voleibol aplicando la técnica adecuada</p>	<p>1. Valora la práctica deportiva de conjunto (baloncesto y voleibol) como una forma de aprovechar el tiempo</p>





		2. Reconocimiento de las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas deportivas de conjunto.	2. Desarrollo de las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices deportivas colectivas.	libre  2. Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.
<b>Período 3</b>	<b>EXPRESIONES MOTRICES ARTISTICAS DANZA FOLCLORICA</b>	Coordinación de patrones básicos de movimiento y conservación de su equilibrio en la ejecución de ellos  Reconocimiento de danzas folclóricas  Aprendizaje de aeróbicos rítmicos	Expresión de las diferentes formas gimnásticas y de actividades rítmico-danzarías, apoyado en el ritmo musical	Asocia los patrones de movimiento de la gimnasia y de la danza, con su práctica deportiva en la vida diaria
<b>Período 4</b>	<b>ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD JUEGOS PREDEPORTIVOS</b>	Reconocimiento de habilidades en el manejo básico de los fundamentos del Voleibol: Velocidad, salto. Golpe de dedos. Juego pre deportivo	Desarrollo de juegos pre deportivos que se realizan para cada deporte de conjunto (Voleibol)	Cumple con las normas establecidas para cada juego propuesto en las clases.
<b>Periodo 4</b>	<b>VOLEIBOL</b>	Identificación de técnicas básicas del voleibol.	Utilización de las técnicas del voleibol y la táctica	Muestra dominio de su cuerpo frente a un elemento específico



			específica de este deporte	como el balón
--	--	--	----------------------------	---------------

## 14.6 INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA

### MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)

	PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
<b>GRADO 6</b>	<p>Identifica y realiza actividades de acondicionamiento físico, adoptando una actitud crítica frente a sus fortalezas y debilidades.</p> <p><b>Nivel Superior</b>            óptimamente identifica y realiza actividades de acondicionamiento físico, adoptando una actitud crítica frente a sus fortalezas y debilidades</p> <p><b>Nivel Alto</b>            Totalmente identifica y realiza actividades de acondicionamiento físico,</p>	<p>Reconoce y ejecuta los movimientos deportivos de conjunto (baloncesto y voleibol), adoptando posturas adecuadas para cada técnica.</p> <p><b>Nivel Superior</b>            Óptimamente reconoce y ejecuta los movimientos deportivos de conjunto (baloncesto y voleibol), adoptando posturas adecuadas para cada técnica .</p> <p><b>Nivel Alto</b>            totalmente reconoce y ejecuta los movimientos deportivos de conjunto</p>	<p>Coordina y demuestra habilidades y destrezas motoras en la realización y montaje de bailes, demostrando agrado y compromiso</p> <p><b>Nivel Superior</b>            coordina y demuestra óptimamente habilidades y destrezas motoras en la realización y montaje de bailes, demostrando agrado y compromiso</p> <p><b>Nivel Alto</b>            coordina y demuestra totalmente habilidades y destrezas motoras en la realización y montaje de</p>	<p>Reconoce y desarrolla las pruebas de velocidad, relevos y saltos sobre diferentes obstáculos cumpliendo con las normas establecidas en cada caso</p> <p><b>Nivel Superior</b>            óptimamente reconoce y desarrolla las pruebas de velocidad, relevos y saltos sobre diferentes obstáculos cumpliendo con las normas establecidas en cada caso</p> <p><b>Nivel Alto</b>            totalmente reconoce y desarrolla las pruebas de velocidad, relevos y saltos</p>



	<p>adoptando una actitud crítica frente a sus fortalezas y debilidades.</p> <p><b>Nivel Básico</b> Mínimamente identifica y realiza actividades de acondicionamiento físico, adoptando una actitud crítica frente a sus fortalezas y debilidades.</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta identificar y realizar actividades de acondicionamiento físico, adoptando una actitud crítica frente a sus fortalezas y debilidades.</p>	<p>(baloncesto y voleibol), , adoptando posturas adecuadas para cada técnica</p> <p><b>Nivel Básico</b> mínimamente reconoce y ejecuta los movimientos deportivos de conjunto (baloncesto y voleibol), , adoptando posturas adecuadas para cada técnica.</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta reconocer y ejecutar los movimientos deportivos de conjunto (baloncesto y voleibol), , adoptando posturas adecuadas para cada técnica</p>	<p>bailes, demostrando agrado y compromiso</p> <p><b>Nivel Básico</b> coordina y demuestra mínimamente habilidades y destrezas motoras en la realización y montaje de bailes, demostrando agrado y compromiso</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta coordinar y demostrar habilidades y destrezas motoras en la realización y montaje de baile, demostrando agrado y compromiso</p>	<p>sobre diferentes obstáculos cumpliendo con las normas establecidas en cada caso</p> <p><b>Nivel Básico</b> mínimamente reconoce y desarrolla las pruebas de velocidad, relevos y saltos sobre diferentes obstáculos cumpliendo con las normas establecidas en cada caso</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta reconocer y desarrollar las pruebas de velocidad, relevos y saltos sobre diferentes obstáculos cumpliendo con las normas establecidas en cada caso</p>
<p><b>GRADO 7</b></p>	<p><b>Reconoce y utiliza las cualidades físicas que posee: Flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y elasticidad, demostrando sus aciertos y desaciertos</b></p>	<p><b>Conoce y explica la historia, origen y metodología de la gimnasia, demostrando interés y compromiso</b></p> <p><b>Nivel Superior</b></p>	<p><b>Identifica y utiliza técnicas básicas del baloncesto: doble ritmo, tijeras, ochos, trenzas, valorando y respetando las reglas</b></p>	<p><b>Identifica y utiliza fundamentos técnicos del voleibol: pases, desplazamientos saques y los aplica al juego grupal respetando las reglas</b></p>



	<p><b>Nivel Superior</b> óptimamente reconoce y utiliza las cualidades físicas que posee: Flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y elasticidad, demostrando sus aciertos y desaciertos.</p> <p><b>Nivel Alto</b> totalmente reconoce y utiliza las cualidades físicas que posee: Flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y elasticidad, demostrando sus aciertos y desaciertos</p> <p><b>Nivel Básico</b> mínimamente reconoce y utiliza las cualidades físicas que posee: Flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y elasticidad, demostrando sus aciertos y desaciertos</p>	<p>óptimamente conoce y explica la historia, origen y metodología de la gimnasia, demostrando interés y compromiso</p> <p><b>Nivel Alto</b> totalmente conoce y explica la historia, origen y metodología de la gimnasia, demostrando interés y compromiso</p> <p><b>Nivel Básico</b> mínimamente conoce y explica la historia, origen y metodología de la gimnasia, demostrando interés y compromiso</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta conocer y explicar la historia, origen y metodología de la gimnasia, demostrando interés y compromiso</p>	<p><b>Nivel Superior</b> identifica y utiliza óptimamente técnicas básicas del baloncesto: doble ritmo, tijeras, ochos, trenzas, valorando y respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Alto</b> identifica y utiliza totalmente técnicas básicas del baloncesto: doble ritmo, tijeras, ochos, trenzas, valorando y respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Básico</b> identifica y utiliza mínimamente técnicas básicas del baloncesto: doble ritmo, tijeras, ochos, trenzas, valorando y respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta identificar y utilizar técnicas básicas del baloncesto: doble ritmo, tijeras, ochos, trenzas, valorando y respetando las</p>	<p><b>Nivel Superior</b> identifica y utiliza óptimamente fundamentos técnicos del voleibol: pases, desplazamientos saques y los aplica al juego grupal , respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Alto</b> identifica y utiliza totalmente fundamentos técnicos del voleibol: pases, desplazamientos saques y los aplica al juego grupal, respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Básico</b> identifica y utiliza mínimamente fundamentos técnicos del voleibol: pases, desplazamientos saques y los aplica al juego grupal, respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta identificar y</p>
--	--	--	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta reconocer y utilizar las cualidades físicas que posee: Flexibilidad, resistencia, velocidad, fuerza y elasticidad, demostrando sus aciertos y desaciertos</p>		reglas	utilizar fundamentos técnicos del voleibol: pases, desplazamientos saques y los aplica al juego grupal, respetando las reglas
--	--	--	--------	---

## **14.7 METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)**

#### **METODOLOGIA:**

Este modelo procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las experiencias de éstos con la vida o con las ciencias.

El modelo pretende potenciar el pensamiento de los y las estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados y relacionados con su cotidianidad.

El estudiante debe aprender a pensar y aprender haciendo para esto se utilizan estrategias como el aprendizaje significativo, los mapas conceptuales, el método de enseñanza por proyectos, la pedagogía conceptual, la formación en investigación–



acción, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo y aprendizaje colaborativo.

Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano

### **Aspectos Metodológicos**

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:

- Tareas exploratorias. Entendiéndose como aquellas en las que alumnos y alumnas exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.
- Tareas guiadas, donde los y las estudiantes resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, preguntas problematizadoras, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- Trabajo por estaciones. Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.
- Juegos sensoriales en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.
- Juegos de expresión con o sin texto. Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- Juegos cooperativos, en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.

- Juegos pre deportivos, en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- Juegos Mini deportivos, en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.

**RECURSOS:**

Música, canchas, escenarios deportivos, aros, lasos, pelotas, cuerdas. balones, colchonetas

## **14.8 EVALUACIÓN EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)**

<b>CRITERIOS</b>	<b>PROCESO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
<b>Asistencia a periódica a clase</b>	Verificación de asistencia	Llamada a lista.	-Evaluación practica mensual.
<b>Apuntes de clase (cuaderno)</b>	-Trabajo en equipos y - actividades de colaboración.	-Organización de equipos de trabajo para grupos de juego en determinado deporte.	-Una consulta por mes.
<b>Consultas</b>	-Revisión de cuadernos y apuntes de clase	-Revisión periódica del cuaderno	-Una tarea física por semana.
		-Verificación de tareas asignadas de manera individual y grupal en forma práctica.	-Actividades de





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

<p><b>Actividades por fuera del aula.</b></p> <p><b>Evaluaciones en forma practica</b></p>	<p>-Observación de actividades físicas</p>		<p>aplicación de acuerdo con el desarrollo de la programación y las horas de trabajo efectivas</p> <p>-Valoraciones periódicas de acuerdo con el desarrollo de las temáticas propuestas.</p>
--	--	--	--

#### **14.9 PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:**

##### **MALLA CURRICULAR - CICLO TRES (GRADOS 6º – 7º)**

<b>PERIODOS</b>					
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>P 1</b>	<b>P2</b>	<b>P3</b>	<b>P4</b>
<b>SEXTO</b>	<b>RECUPERACION</b>	Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que se deben tener en cuenta para realizar actividad física	Diseñar un plan de trabajo para el mejoramiento de las cualidades físicas básicas, teniendo en cuenta lo trabajado en el	Organizar y hacer un montaje de una baile folclórico colombiano	Demostrar fundamentos básicos en Voleibol que se trabajen en clase





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

			periodo de lo consultado y lo práctico.		
<b>SEXTO</b>	<b>NIVELACION</b>	Participación en actividades de grupo que conlleven a distinguir las partes de su esquema corporal, su fisiología y los cuidados para realizar la actividad física	Demostrar creativamente habilidades y destrezas gimnásticas durante las clases prácticas.	Demostrar creativamente habilidades y destrezas rítmicas durante las clases prácticas.	Demostrar fundamentos básicos en pruebas atléticas que se trabajen en clase, como la marcha (técnica), carreras de velocidad, salto largo, lanzamiento de jabalina (técnica) y pequeña maratón (técnica)
<b>SEXTO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Elaborar un mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de la educación física	Elaborar un mapa conceptual utilizando los apuntes del cuaderno con el tema de las cualidades físicas básicas y su importancia en la gimnasia deportiva	Observar videos sobre técnica de danza y ritmo y realizar un mapa conceptual	Observar video indicado por el docente y realizar un mapa conceptual sobre el atletismo.
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>PERIODOS</b>			



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

		PERIODO 1		PERIODO 2	
SEPTIMO	RECUPERACION	FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4
		Presentar un trabajo escrito y socializarlo en clase sobre expresión corporal y los requisitos que deben tener para realizar actividad física.	Consultar y presentar un taller sobre los diferentes estilos de vida y la importancia para nuestra salud	Por equipos de trabajo presentar juegos predeportivos que mejoren la fundamentación técnica del baloncesto	Presentación de un trabajo escrito que contenga algunos aspectos básicos del voleibol tales como: historia, campo de juego, implementos, reglamento básico, sistema de rotación y situación de juego.
SEPTIMO	NIVELACION	Participación en mesas redondas que ayuden a diferenciar las partes y funciones de su esquema corporal.	Consultar y hacer comentario en clase los diferentes estilos de vida y cómo influye el medio natural en nuestra calidad de vida. Realizar plegables haciendo alusión a la actividad física como medio para promover la salud y prevenir la enfermedad.	Por equipos de trabajo presentar juegos predeportivos que mejoren la fundamentación técnica del baloncesto	Por equipos de trabajo presentar juegos predeportivos que mejoren la fundamentación técnica del voleibol.
SEPTIMO	PROFUNDIZACION	Mediante una actividad en	Mediante un juego	Observar videos	Elaboración de un



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<b>N</b>	grupo sobre juego de roles se evaluará individualmente la participación	de concurso repasar los conceptos vistos en el tema de estilos de vida, la educación física, actividades en el medio natural; y las pruebas gimnásticas.	sobre técnica del baloncesto y realizar un mapa conceptual	mini folleto que contenga las normas básicas del voleibol y exposición de ellas
--	----------	---	--	--	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

## **15 PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES CICLO CUATRO**

# **OCTAVO - NOVENO**





## 15.1 CLASIFICACIÓN DE ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA

### MALLA CURRICULAR -- CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)

ENUNCIADO	1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TECNICAS DEL CUERPO, CONDICION FÍSICA, LUDICA MOTRIZ	2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
VERBO	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA
<b>Reconozco</b>	que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.		el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.  mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.  el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.
<b>Selecciono</b>	Movimientos de desplazamiento y manipulación.  Modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de	Técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física.	Actividades físicas para la conservación de mi salud.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>movimiento.</p> <p>técnicas de tensión y relajación de control corporal.</p> <p>Actividades para mi tiempo de ocio.</p>		
<b>Combino</b>	<p>Movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.</p>		
<b>Controlo</b>	<p>la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.</p>		
<b>Cuido</b>	<p>mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</p>		
<b>Domino</b>	<p>la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.</p>		
<b>Comprendo</b>	<p>Las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</p> <p>las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.</p> <p>la importancia de la actividad física para una vida saludable.</p> <p>Las características del juego y las</p>		



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	pongo en práctica para su realización.		
<b>Ejercito</b>	Técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.		
<b>Relaciono</b>	los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.		
<b>Identifico</b>	Métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.		
<b>Aplico</b>	Procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.		
<b>Decido</b>	las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.		
<b>Apropio</b>	las reglas de juego y las modifico, si es necesario.		
<b>Establezco</b>	Relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.		
<b>Participo</b>		en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.	
<b>Propongo</b>		Secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la	



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		música.	
<b>Realizo</b>		danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías.	
<b>Logro</b>		manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	
<b>Me preocupo</b>			por la formación de hábitos de postura e higiene corporal.





## **15.2 TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA CICLO 4**

### **CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p>Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.(8º, P1)</p> <p>Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.(8º, 9º, P2)</p> <p>Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.(9º,P4)</p> <p>Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico. (8º, 9º, P1)</p> <p>Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización. (8º,P4)</p> <p>Identifico Métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.(8º, 9º, P3)</p>	<p>Selecciono Movimientos de desplazamiento y manipulación. (9º, P2)Selecciono modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento. (9º, P3)</p> <p>Selecciono técnicas de tensión y relajación de control corporal. (9º, P4)</p> <p>Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.(8º, P3)</p> <p>Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física. (9º,P1)</p> <p>Combino movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical. (8º, P4)</p>	<p>Reconozco el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.(8º,9º, P1)</p> <p>Reconozco mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.(8º, 9º,P4)</p> <p>Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud. (8º,9º, P2)</p> <p>Cuido mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.(9º, P3)</p> <p>Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego. (8º,9º, P3)</p> <p>Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.(9º, P4)</p>



	<p>Controlo la respiración y la relajación en situaciones de actividad física. (9°, P4)</p> <p>Domino la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas. (9°, P4)</p> <p>Ejercito técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad. (8°, P3)</p> <p>Realizo danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías. (9°,P3)</p> <p>Participo en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.(9°,P4)</p> <p>Propongo secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música. (8°, 9°, P2)</p> <p>Aplico procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.(8°, P3)</p>	<p>Establezco relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego. (8°,9°, P1)</p> <p>Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.(9°,P2)</p> <p>Me preocupo por la formación de hábitos de postura e higiene corporal. (8°,9°, P1)</p> <p>Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable. (8°, 9°, P1)</p> <p>Relaciono los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.(9°, P4)</p>
--	--	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: 105001006246 NIT: 811019634-5  
 “EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

### 15.3 PLAN DE AREA EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)

<b>Ciclo 4:</b> GRADOS OCTAVO – NOVENO				
<b>Meta:</b> Al finalizar el ciclo 4, los y las estudiantes de la <b>I.E JORGE ROBLEDO</b> estarán en capacidad de mejorar sus capacidades físicas y de aplicar las formas básicas de movimiento y las normas correspondientes en las actividades deportivas y/o artísticas				
<b>Objetivo específico GRADO 8:</b> practicar los fundamentos técnicos básicos de los diferentes deportes y la aplicación de las reglas básicas		<b>Objetivo específico GRADO 9:</b> Mejorar la expresión corporal, la percepción rítmica y la coordinación dinámica general, por medio de la práctica de actividades físicas		
<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo mejorar el desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes, que permita la aplicación de las formas básicas de movimiento, las normas en juego deportivo, y en actividades artísticas?		<b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b>  ¿Cómo fortalecer el desarrollo de las capacidades físicas en los estudiantes, que permita la aplicación de las formas básicas de movimiento, las normas en juego deportivo, y en actividades artísticas?		
<b>Definición de las Competencias del Componente:</b>				
<b>DESARROLLO MOTOR</b> Desarrolla habilidades y destrezas que permitan aplicar de una manera creativa e	<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b> Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b> Reconoce que es un ser humano con valores para fortalecer las relaciones con los demás por medio de la	<b>LÚDICA MOTRIZ</b> Aplica en su vida diaria las competencias ciudadanas para el fortalecimiento de las habilidades	<b>EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLÓGICA</b> Reconoce la importancia de ser un sujeto que interactúa



innovadora sus capacidades y aprendizajes	contextos para la solución de problemas respetando el debido proceso	interacción con el entorno	comunicativas en los diferentes contextos.	con los demás en la cotidianidad para contribuir a la construcción de una sociedad justa
---	--	----------------------------	--	--

**Nivel de Desarrollo de las Competencias**

<p>N1 sabe que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.</p> <p>N2 Clasifica Movimientos de desplazamiento y manipulación.</p> <p>N3 demuestramovimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.</p> <p>N4 diferencia la respiración y la relajación en actividad física.</p> <p>N5 Compone su postura corporal desde principios anatómicos al realizar movimientos</p>	<p>N1 memoriza ejecución de formas técnicas de movimiento en prácticas motrices y deportivas.</p> <p>N2 clasifica las modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.</p> <p>N3 escoge técnicas de tensión y relajación de control corporal.</p> <p>N4 Distingue las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</p>	<p>N1 memoriza resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.</p> <p>N2 clasifica Métodos para el desarrollo de sus capacidades físicas y las aplica</p> <p>N3 interpreta las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplica</p> <p>.N4 valora la importancia de la actividad física para una vida saludable.</p> <p>N5 recopila</p>	<p>N1organiza acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</p> <p>N2 Reconoce las reglas de juego y las modifica, si es necesario.</p> <p>N3 Demuestra relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.</p> <p>N4 distingue las actividades para su tiempo de ocio.</p> <p>N5 usa las características del juego</p>	<p>N1 Describe la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos</p> <p>N2 Relaciona la importancia de tomar buenas decisiones.</p> <p>N3 Practica la importancia de tomar buenas decisiones.</p> <p>N4 Explica la importancia de tomar buenas decisiones.</p> <p>N5 Valora la importancia de tomar buenas decisiones.</p> <p>N6 Reafirma la</p>
--	---	---	---	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

<p>N6 Reafirma la importancia de los movimientos en la actividad física</p>	<p>N5 ensambla procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.</p> <p>N6 Evalúa los procedimientos de la actividad física en general</p>	<p>procedimientos de su actividad física</p> <p>N6 evalúa pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.</p>	<p>N6 elige las características del juego y las pone en práctica</p>	<p>importancia de tomar buenas decisiones.</p>
---	---	---	--	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **15.4 ESTÁNDARES EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO**

### **CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**

	<b>Periodo uno</b>	<b>Periodo dos</b>	<b>Periodo tres</b>	<b>Periodo cuatro</b>
<b>Grado 8</b>	Reconozco el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello	Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal	Selecciono actividades para mi tiempo de ocio.	Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización.
<b>Grado 9</b>	Comprendo la importancia de la actividad física para una vida saludable.	Logro manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.	Realizo danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías	Comprendo las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto

## **15.5 CONTENIDOS EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: 105001006246 NIT: 811019634-5

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<b>TEMAS</b>	<b>CONCEPTUALES</b>	<b>PROCEDIMENTALES</b>	<b>ACTITUDINALES</b>
<b>GRADO 8</b> <b>Periodo 1</b>	<b>Acondicionamiento físico</b>  <b>Y Gimnasia</b>	Identificación Capacidades físicas  Reconocimiento de los fundamentos básicos de la gimnasia  Reconoce los elementos técnicos de la gimnasia	Realización del trabajo con pequeños elementos. Cuerdas, Bastones.  Construcción de Filas, Hileras y Círculos.	Realiza formaciones correctas en actos cívicos y culturales.  Asume los desplazamientos y posturas correctas en su diario vivir.  Participa en eventos y juegos en su tiempo libre
<b>Periodo 2</b>	<b>Desarrollo Socio-Motriz (Expresiones Motrices Artísticas)</b>  Elementos teóricos y prácticos de:  Esquema Corporal Percepción Rítmica Conciencia Corporal baile popular (pasos básicos, elementos rítmicos y técnicos, planos y ejes, lateralidad, planimetría,	<b>Conocimiento</b> de las generalidades de La rítmica, esquema corporal, percepción, esquema corporal y las expresiones motrices artísticas  <b>Conocimiento</b> de Los elementos técnicos de movimiento, y los fundamentos básicos de rítmica, planimetría y esquemas coreograficos.  <b>Reconocimiento</b> de	<b>Explicación</b> de la historia del movimiento y los fundamentos teóricos básicos de la rítmica, esquema corporal, percepción, y del baile popular.  <b>Desarrollo</b> de actividades para mejorar su condición física, esquemas de movimiento corporal, y de movimientos rítmicos, aplicados a la vida.  <b>Aplicación</b> de las elementos básicos de planimetría, pasos	<b>Desarrolla</b> del trabajo en equipo con sus compañeros de clase.  <b>Muestra</b> interés por las actividades de expresión rítmica, y corporal.  <b>Aplica</b> lo trabajado en clase en su quehacer diario <b>Respeto y Valora</b> su cuerpo.  <b>Se expresa</b> sin miedo ante sus compañeros o



	coreografía)	Actividades de competencias lúdicas, recreativas y festivales escolares.	básicos del baile popular y desarrollo de esquemas coreográficos <b>Creación y presentación</b> de esquemas coreograficos	compañeras.  Adquiere dominio y manejo personal de su cuerpo y su sentir. - Adopta hábitos de higiene, de alimentación y de postura.
<b>Período 3</b>	<b>Fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto</b>  Acondicionamiento Físico  formas básicas de la planilla de juego y reglas del baloncesto  Fundamentos técnicos del baloncesto	<b>Conocimiento</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto  <b>Identificación</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del baloncesto	<b>Desarrollo</b> de juegos pre deportivos  <b>aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del baloncesto  <b>Mejoramiento</b> de su condición física para jugar al baloncesto.	<b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.  <b>Respeta</b> por las reglas del juego  <b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del baloncesto
<b>Período 4</b>	<b>Fundamentos Técnicos y tácticos d juego del voleibol.</b>  Desarrollo del acondicionamiento	<b>Conocimiento</b> de las generalidades del voleibol  <b>Desarrollo</b> del Acondicionamiento	<b>Desarrollo</b> de juegos pre deportivos aplicados al voleibol  <b>aplicación</b> de las reglas básicas del voleibol	<b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.  <b>Respeta</b> por las reglas del voleibol.





	<p>físico del voleibol</p> <p>Formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol</p> <p>Desarrollo de los Fundamentos técnicos del voleibol</p>	<p>Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol</p> <p><b>identificación</b> de las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol</p>		<p><b>Demuestra</b> de su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol.</p>
<p><b>GRADO 9</b></p> <p><b>Periodo 1</b></p>	<p><b>Capacidades coordinativas y cualidades motrices básicas:</b></p> <p>Elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas.</p> <p>Acondicionamiento Físico.</p> <p>Desarrollo de las Capacidades coordinativas.</p>	<p><b>Identificación</b> de los elementos teóricos y prácticos de las cualidades motrices básicas.</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia de desarrollar de las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Reconocimiento</b> de pruebas aplicadas a las cualidades físicas</p>	<p><b>Diseño</b> de esquemas corporales (coreografías) con y sin elementos.</p> <p><b>Aplicación</b> de los principios o elementos aprendidos para desarrollar las cualidades y condiciones físicas.</p>	<p><b>Desarrolla</b> trabajo en equipo con sus compañeros de clase.</p> <p><b>Aplica</b> lo trabajado en clase en su quehacer diario</p> <p><b>Aplica</b> los fundamentos aprendidos sobre las capacidades motrices básicas.</p>
<p><b>Periodo 2</b></p>	<p><b>Desarrollo Socio-Motriz (Expresiones Motrices Artísticas)</b></p> <p>Elementos teóricos y</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades de La rítmica, esquema corporal, percepción y las expresiones motrices</p>	<p><b>explicación</b> de la historia y la importancia del atletismo</p> <p><b>Desarrollo</b> de las actividades para mejorar su condición</p>	<p><b>Desarrolla</b> ejercicios en equipo con sus compañeros de clase.</p> <p><b>Aplica</b> lo trabajado en</p>



	prácticos del Esquema Corporal Percepción Rítmica Conciencia Corporal baile popular (pasos básicos, elementos rítmicos y técnicos, planos y ejes, lateralidad, planimetría, coreografía)	artísticas <b>Conocimiento</b> de Los elementos técnicos de movimiento, y los fundamentos básicos de rítmica, planimetría y esquemas coreograficos. <b>Reconocimiento</b> de Actividades de competencias lúdicas, recreativas y festivales escolares.	física aplicada a la vida. <b>Aplicación</b> de las reglas básicas del atletismo	clase en su quehacer diario <b>Aplica</b> durante el desarrollo del juego los fundamentos trabajados en clase. <b>Respeta</b> las reglas de los juegos pre deportivo.
<b>Periodo 3</b>	<b>Fundamentos técnicos y tácticos del baloncesto</b>  Acondicionamiento Físico  formas básicas de la planilla de juego y reglas del baloncesto  Fundamentos técnicos del baloncesto	<b>Conocimiento</b> de las generalidades del baloncesto  <b>Conocimiento</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto  <b>identificación</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del baloncesto	<b>Desarrollo</b> de juegos pre deportivos del baloncesto  <b>aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del baloncesto  <b>Mejoramiento</b> de su condición física para jugar al baloncesto.	<b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.  <b>Respeta</b> por las reglas del baloncesto  <b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del baloncesto
<b>Periodo 4</b>		<b>Conocimiento</b> de las	<b>Desarrollo</b> de juegos	<b>Demuestra</b> interés por la



	<p><b>práctica del voleibol</b></p> <p>Acondicionamiento Físico</p> <p>Fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Formas básicas de la planilla de juego y reglas del voleibol.</p>	<p>generalidades del voleibol</p> <p><b>Conocimiento de</b> la Historia y los objetivos del voleibol y su Acondicionamiento Físico y sus Fundamentos técnicos</p> <p><b>identificación</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol</p>	<p>predeportivos del voleibol</p> <p><b>aplicación</b> de las reglas básicas del voleibol.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física para practicar los deportes.</p>	<p>práctica deportiva en clase.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas del voleibol.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol.</p>
--	---	---	---	--

## 15.6 INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACIÓN FÍSICA

### CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)

	PRIMER PERÍODO	SEGUNDO PERÍODO	TERCER PERÍODO	CUARTO PERÍODO
GRADO 8	<p>Conoce las formas básicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p>	<p>Conoce y practica los fundamentos básicos de las Expresiones Motrices Artísticas en sus diferentes modalidades demostrando interés y concentración.</p>	<p>Identifica los conceptos básicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas.</p>	<p>Posee conceptos básicos del voleibol y los utiliza en su práctica de este deporte respetando las reglas.</p>



	<p><b>SUPERIOR</b> Conoce óptimamente las formas básicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p> <p><b>ALTO</b> Conoce totalmente las formas básicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p> <p><b>BÁSICO</b> Conoce mínimamente las formas básicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p> <p><b>BAJO</b> se le dificulta conocer las formas básicas del movimiento y aplicarlas en la gimnasia, en forma responsable.</p>	<p><b>SUPERIOR</b> óptimamente conoce y practica los fundamentos básicos del atletismo demostrando interés y concentración..</p> <p><b>ALTO</b> totalmente conoce y practica los fundamentos básicos del atletismo demostrando interés y concentración .</p> <p><b>BÁSICO</b> mínimamente conoce y practica los fundamentos básicos del atletismo demostrando interés y concentración</p> <p><b>BAJO</b> se le dificulta conocer y practicar los fundamentos básicos del atletismo demostrando interés y concentración</p>	<p><b>SUPERIOR</b> identifica óptimamente los conceptos básicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas..</p> <p><b>ALTO</b> identifica totalmente los conceptos básicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas.</p> <p><b>BÁSICO</b> identifica mínimamente los conceptos básicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas..</p> <p><b>BAJO</b> se le dificulta identificar los conceptos básicos del baloncesto, y practicarlos respetando las reglas...</p>	<p><b>SUPERIOR</b> posee óptimamente los conceptos básicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>ALTO</b> posee totalmente los conceptos básicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>BÁSICO</b> posee mínimamente conceptos básicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>BAJO</b> se le dificulta identificar los conceptos básicos del voleibol y utilizarlos respetando las reglas.</p>
--	--	--	--	---



<p><b>GRADO 9</b></p>	<p><b>Conoce las formas básicas y técnicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> conoce óptimamente las formas básicas y técnicas del movimiento y los aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p> <p><b>ALTO</b> conoce totalmente las formas básicas y técnicas del movimiento y las aplica en la gimnasia, practicándola con responsabilidad e interés.</p> <p><b>BÁSICO</b> conoce mínimamente las formas básicas y técnicas del movimiento para aplicarlas a la gimnasia con interés y responsabilidad..</p>	<p><b>Conoce y practica los fundamentos básicos y técnicos del atletismo en sus diferentes modalidades demostrando responsabilidad y entusiasmo.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> óptimamente conoce y practica los fundamentos básicos y técnicos del atletismo en sus diferentes modalidades demostrando responsabilidad y entusiasmo</p> <p><b>ALTO</b> totalmente conoce y practica los fundamentos básicos y técnicos del atletismo en sus diferentes modalidades demostrando responsabilidad y entusiasmo</p> <p><b>BÁSICO</b> mínimamente conoce y practica los fundamentos básicos y técnicos del atletismo en sus diferentes modalidades demostrando</p>	<p><b>Identifica los conceptos básicos y técnicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas.</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> La estudiante identifica óptimamente los conceptos básicos y técnicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas.</p> <p><b>ALTO</b> La estudiante identifica totalmente los conceptos básicos y técnicos del baloncesto, y lo practica respetando las reglas.</p> <p><b>BÁSICO</b> La estudiante identifica mínimamente los conceptos básicos y técnicos del baloncesto, para practicarlos respetando las reglas.</p>	<p><b>Posee conceptos básicos y técnicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas</b></p> <p><b>SUPERIOR</b> La estudiante posee óptimamente conceptos básicos y técnicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas</p> <p><b>ALTO</b> La estudiante posee totalmente conceptos básicos y técnicos del voleibol y los utiliza en la práctica de este deporte respetando las reglas</p> <p><b>BÁSICO</b> La estudiante posee mínimamente los conceptos básicos y técnicos del voleibol y para utilizarlos en la práctica de este deporte respetando las reglas</p>
---------------------------	---	---	---	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>BAJO se le dificulta conocer las formas básicas y técnicas del movimiento y aplicarlas con responsabilidad e interés.</p>	<p>responsabilidad y entusiasmo</p> <p>BAJO se le dificulta conocer y practicar los fundamentos básicos y técnicos del atletismo en sus diferentes modalidades demostrando responsabilidad y entusiasmo</p>	<p>BAJO La estudiante se le dificulta identificar los conceptos básicos y técnicos del baloncesto, y practicarlos respetando las reglas</p>	<p>BAJO A la estudiante se le dificulta conocer los conceptos básicos y técnicos del voleibol y practicarlos respetando las reglas.</p>
--	--	---	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

## **15.7 METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**

#### **METODOLOGIA:**

Este modelo procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las experiencias de éstos con la vida o con las ciencias.

El modelo pretende potenciar el pensamiento de los y las estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados y relacionados con su cotidianidad.

El estudiante debe aprender a pensar y aprender haciendo para esto se utilizan estrategias como el aprendizaje significativo, los mapas conceptuales, el método de enseñanza por proyectos, la pedagogía conceptual, la formación en investigación–acción, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo y aprendizaje colaborativo.

Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano

#### **Aspectos Metodológicos**

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:





- Tareas exploratorias. Entendiéndose como aquellas en las que alumnos y alumnas exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.
- Tareas guiadas, donde los y las estudiantes y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- Trabajo por estaciones. Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.
- Juegos sensoriales en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.
- Juegos de expresión con o sin texto. Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- Juegos cooperativos, en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.
- Juegos pre deportivos, en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- Juegos Mini deportivos, en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.

**RECURSOS:**

Música, canchas, escenarios deportivos, aros, lasos, pelotas, cuerdas.





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

## **15.8 EVALUACIÓN EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**

<b>CRITERIOS</b>	<b>PROCESO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Asistencia a periódica a clase.</li><li>Puntualidad y Disposición.</li><li>Indumentaria adecuada de Educación Física.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Toma asistencial y observación individual.</li></ul>	Participación activa y asertiva durante las clases teórico – practicas de Educación Física.	Cada sesión.
<ul style="list-style-type: none"><li>Actividades didácticas de enseñanza - aprendizaje de carácter teórico práctico.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Trabajo individual.</li></ul>	Presentar de forma acorde y puntual los productos informáticos específicos de consulta temática planteados.	1 cada 2 sesiones
<ul style="list-style-type: none"><li>Consultas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Dictado de temáticas y puntos específicos con tiempo prudencial de consulta.</li></ul>	Reunión por equipos para desarrollar en la práctica la esencia teórico conceptual, de acuerdo con proposiciones problémicas teóricas y prácticas de las temáticas propuestas.	1 cada 2 sesiones.
<ul style="list-style-type: none"><li>Talleres.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Trabajo en equipo.</li></ul>	Cuestionarios escritos con situaciones teóricas o prácticas de resolución de situaciones específicas en tiempo determinado, de las temáticas	2 teóricas 2 practicas



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		enseñadas.	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividades de valoración teóricas y prácticas (exámenes).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluaciones teóricas escritas y prácticas individuales o grupales.</li> </ul>	Presentar el cuaderno puntualmente para revisión, organizado y actualizado con los temas vistos durante el período.	1 vez durante el periodo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Consignación informativa conceptual y procedimental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisión de cuaderno o libreta de apuntes.</li> </ul>	Valoración cuantitativa escrita y justificada del desempeño durante el periodo con base en aportes conceptuales, procedimentales y actitudinales.	1 (una) finalizando el periodo
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoevaluación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autovaloración de proceso, cuantitativa justificada.</li> </ul>		

**15.9 PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:**

**MALLA CURRICULAR - CICLO CUATRO (GRADOS 8º – 9º)**

PERIODOS					
GRADO	PLANES DE APOYO	P 1		P2	
<b>OCTAVO</b>	<b>RECUPERACION</b>	Trabajo de consulta	de y	Trabajo de consulta sustentación	investigación sobre la Esquematización de fundamentos



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		sustentación sobre hidratación e higiene	sobre capacidades físicas	importancia de una buena condición física	técnicos básicos de los ritmos musicales y la danza
<b>OCTAVO</b>	<b>NIVELACION</b>	Exposición individual de trabajos sobre hidratación e higien	Exposición individual de trabajos sobre capacidades físicas	Clasificación de la importancia de una buena condición física a través de carteleras	investigación y demostración de danzas y ritmos
<b>OCTAVO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Exposición individual de trabajos sobre hidratación e higiene	Exposición individual de trabajos sobre capacidades físicas	Exposición individual de trabajos sobre una buena condición física	Exposición individual de trabajos sobre los ritmos musicales y la danza
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>PERIODOS</b>			
<b>NOVENO</b>	<b>RECUPERACION</b>	P 1	P2	P3	P4
		Trabajo de consulta y sustentación sobre hidratación e	Trabajo de consulta y sustentación sobre capacidades físicas	Investigación sobre la importancia de una buena condición física	Esquematización de fundamentos técnicos básicos de los ritmos musicales y la



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		higiene			danza
<b>NOVENO</b>	<b>NIVELACION</b>	Exposición individual de trabajos sobre hidratación e higiene	Exposición individual de trabajos sobre capacidades físicas	Clasificación de la importancia de una buena condición física a través de carteleras	Investigación y demostración de danzas y ritmos
<b>NOVENO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Exposición individual de trabajos sobre hidratación e higiene	Exposición individual de trabajos sobre capacidades físicas	Exposición individual de trabajos sobre una buena condición física	Exposición individual de trabajos sobre los ritmos musicales y la danza



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
CODIGO DANE: 105001006246 NIT: 811019634-5  
"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE

## 16 PLAN DE ESTUDIOS DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE CINCO

# DECIMO - UNDECIMO



### 16.1 ESTANDARES EDUCACION FISICA MALLA CURRICULAR - CICLO CINCO (GRADOS 10<sup>o</sup> - 11<sup>o</sup>)

ENUNCIADO	1. COMPETENCIA MOTRIZ: DESARROLLO MOTOR, TECNICAS DEL CUERPO, CONDICION FÍSICA, LUDICA MOTRIZ	2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
VERBO	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

<b>Selecciono</b>	Técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.		
<b>Ejecuto</b>	con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.		
<b>Diseño</b>	y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.		
<b>Utilizo</b>	técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.		
<b>Aplico</b>	Técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.  En mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.  Mis conocimientos sobre la relación actividad física pausa- actividad física, en mi plan de condición física. a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.		
<b>Perfecciono</b>	la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.		
<b>Presento</b>	Composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades.		
<b>Domino</b>	técnicas y tácticas de prácticas deportivas.		



<b>Realizo</b>	Actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.	montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad Colombiana.  coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.	
<b>Elaboro</b>	mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.  Estrategias para hacer más eficiente el juego.	un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría.	
<b>Planifico</b>	el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.		
<b>Realizo</b>	Actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.	montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.  coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.	
<b>Participo</b>	en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.		
<b>Valoro</b>	el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa Importante.		
<b>Asumo</b>	con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de		



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	juego.		
<b>Oriento</b>		el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.	
<b>Realizo</b>	Actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos.	montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana.  coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.	
<b>Conformo</b>	Equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.		
<b>Uso</b>		técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.	
<b>Organizo</b>			mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.
<b>Concientizo</b>			a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.
<b>Defino</b>			con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida
<b>Comprendo</b>			la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.
<b>Cultivo</b>			hábitos de higiene postural,





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

***“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”***

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

recogiendo y trasladando objeto.



## **16.2 TAXONOMIA DE BLOOM EDUCACION FISICA**

### **MALLA CURRICULAR - CICLO CINCO (GRADOS 10° – 11°)**

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p>Comprendo el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.(10°,P4)</p> <p>Identifico la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi práctica.(10°, 11°, P1)</p> <p>Elaboro un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría. (11°, P3, P4)</p>	<p>Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.(11°, P1)</p> <p>Ejecuto con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos. (10°, P4)</p> <p>Diseño y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.(11°, P4)</p> <p>Utilizo técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física. (10°,P3)</p> <p>Aplico técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal. (10°, 11°,P2)</p> <p>Aplico mis conocimientos sobre la relación actividad física-pausa- actividad física, en mi plan de condición física. (11°, P4)</p> <p>Perfecciono la calidad de ejecución de formas</p>	<p>Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. (10°,11°,P1)</p> <p>Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. (10°,11°,P3, P4)</p> <p>Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante. (10°,11°,P1)</p> <p>Asumo con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. (10°,11°,P3)</p> <p>concientizo a mis compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.</p>



	<p>técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.(10°, 11°, P3, P4)</p> <p>Presento composiciones gimnásticas, aplicando técnicas de sus diferentes modalidades. (10°, 11°, P3, P4)</p> <p>Domino técnicas y tácticas de prácticas deportivas. (11°, P4)</p> <p>Realizo actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos. (11°, P4)</p> <p>Realizo montajes de danzas y prácticas lúdicas de la diversidad colombiana. (10°,11°, P3)</p> <p>Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales.(11°,P2)</p> <p>Elaboro mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.(10°,11°,P1)</p> <p>Elaboro estrategias para hacer más eficiente el juego. (10°,11°,P2)</p> <p>Participo en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo. (11°, P1)</p>	<p>(10°,11°,P4)</p> <p>Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida(10°,11°,P3)</p> <p>Cultivo hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto. (10°,11°,P2)</p> <p>Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas. (10°,11°,P1)</p> <p>Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. (10°, 11°,P2 y p4)</p>
--	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923  
**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000  
 CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**  
 “**EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD**”  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. (10°,11°,P1)</p> <p>Uso técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones. (10°,11°,P3)</p>	
--	---	--

### **16.3 PLAN DE AREA EDUCACION FISICA**

#### **CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)**

<b>Ciclo 5: GRADOS DECIMO – ONCE</b>	
<p><b>Meta:</b> Al terminar el ciclo 5, Los y las estudiantes de la <b>INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO</b>, estará en la capacidad de perfeccionar la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices, definir con precisión y autonomía el proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida, tener nociones de organización deportiva y además concientizarse del buen uso del tiempo libre</p>	
<p><b>Objetivo específico GRADO 10:</b> Mejorar las técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices</p>	<p><b>Objetivo específico GRADO 11:</b> perfeccionar la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes Prácticas deportivas y motrices</p>
<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo Mejorar las técnicas en diferentes prácticas</p>	<p><b>PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:</b> ¿Cómo perfeccionar la calidad de ejecución de formas técnicas en</p>



deportivas, psicomotrices, y de expresión artística, para lograr definir con precisión y autonomía el proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida, y el buen uso del tiempo libre?

diferentes Prácticas deportivas, psicomotrices y de expresión artística, para lograr definir con precisión y autonomía el proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida, que permita la planeación y ejecución de eventos deportivos?

**Definición de las Competencias del Componente:**

<b>DESARROLLO MOTOR</b>	<b>TÉCNICAS DEL CUERPO</b>	<b>CONDICIÓN FÍSICA</b>	<b>LÚDICA MOTRIZ</b>	<b>EXPRESIVA CORPORAL Y AXIOLOGICA</b>
Desarrolla habilidades y destrezas que permitan aplicar de una manera creativa e innovadora sus capacidades y aprendizajes	Lidera acciones propias en beneficio de su formación integral sin afectar los derechos de sus compañeros	Utiliza la educación física como un medio para adquirir elementos potencializadores de sus aptitudes artísticas, deportivas y de liderazgo necesarias para su desenvolvimiento social.  Hace referencia a lo que en la literatura específica de área designamos como capacidades condicionales: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.	Aplica en su vida diaria las competencias ciudadanas para el fortalecimiento de las habilidades comunicativas en los diferentes contextos.	Reconoce la educación física como un medio importante para afianzar los valores a nivel personal y social

**Nivel de Desarrollo de las Competencias**



<p>Sabe que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.</p> <p>Clasifica Movimientos de desplazamiento y manipulación.</p> <p>Demuestra movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.</p> <p>Diferencia la respiración y la relajación en actividad física.</p> <p>Compone su postura corporal desde principios anatómicos al realizar movimientos</p> <p>Reafirma la importancia de los movimientos en la actividad física</p>	<p>Define algunas acciones que apunten a su formación integral respetando las individualidades de sus compañeros.</p> <p>Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos para la solución de problemas.</p> <p>Infiere acciones en beneficio de la construcción de su autonomía personal respetando los derechos de sus compañeros.</p> <p>Planifica prácticas relacionadas el buen mantenimiento de su estado físico.</p> <p>Organiza actividades recreativas y deportivas que permitan la</p>	<p>Identifica sus potencialidades y habilidades físicas y las pone en práctica en la participación de eventos deportivos.</p> <p>Distingue los elementos técnicos en la formación específica de algunos deportes.</p> <p>Resuelve ejercicios que apunten al desarrollo aptitudinal en actividades culturales y deportivas.</p> <p>Planifica acciones de liderazgo a nivel deportivo y comunitario.</p> <p>Proyecta su saber específico en la organización de eventos deportivos teniendo en cuenta la conservación del medio ambiente.</p>	<p>Organiza acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</p> <p>Reconoce las reglas de juego y las modifica, si es necesario.</p> <p>Demuestra relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.</p> <p>Distingue las actividades para su tiempo de ocio.</p> <p>Usa las características del juego</p> <p>Elige las características del juego y las pone en práctica</p>	<p>Conoce los conceptos básicos del área en lo referente a su desarrollo integral.</p> <p>Distingue las cualidades físicas básicas y los métodos para desarrollarlas.</p> <p>Demuestra mediante las actividades prácticas la capacidad de liderazgo.</p> <p>Diseña estrategias para promover eventos culturales, recreativos y deportivos.</p> <p>Compila diferentes ideas en equipos de trabajo para liderar eventos deportivos, recreativos y culturales.</p> <p>Justifica un plan de trabajo físico personal desde los conceptos incorporados en las</p>
---	--	--	---	---



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>promoción de la salud física y mental.</p> <p>Compara las diferencias físicas y fisiológicas de una persona sedentaria y una que practique ejercicio físico regularmente y las consecuencias para su salud.</p>	<p>Discrimina acciones y hábitos que contribuyan a la creación de una buena cultura física, deportiva y saludable.</p>		<p>clases.</p>
--	--	--	--	----------------

## 16.4 ESTÁNDARES EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERIODO

### CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)

GRADO	PERIODO UNO	PERIODO DOS	PERIODO TRES	PERIODO CUATRO
10	<p>Planifica el mejoramiento de su condición física a partir de la actualización de su ficha de evaluación.</p> <p>Ejecuta con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.</p>	<p>Aplica técnicas de movimiento para mejorar su postura corporal.</p> <p>Domina técnicas y tácticas de prácticas deportivas.</p> <p>Asume con autonomía y compromiso propio, o con</p>	<p>Elabora estrategias para hacer más eficiente el juego.</p> <p>Participa en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.</p>	<p>Diseña y realiza Esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</p> <p>Realiza actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos,</p>



	<p>Decide sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplica.</p> <p>Conforma equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.</p>	<p>los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.</p> <p>Selecciona técnicas de movimiento para su proyecto de actividad física.</p>	<p>Valora el tiempo de ocio para su formación y toma el juego como una alternativa importante.</p> <p>Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de sus compañeros, en situaciones de juego y actividad física</p>	<p>físicos, de seguridad y ecológicos.</p> <p>Usa técnicas de expresión corporal y relajación para controlar y expresar sus emociones.</p> <p>Cultiva hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objetos.</p>
<p><b>Grado 11</b></p>	<p>Ejecuta el mejoramiento de su condición física a partir de la actualización de su ficha de evaluación.</p> <p>Propone y aplica con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos.</p> <p>Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales alternativas.</p> <p>Comprende la relación entre salud y actividad física y desde ella realiza</p>	<p>Ejecuta técnicas de movimiento para su proyecto de actividad física.</p> <p>Perfecciona la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas motrices.</p> <p>Utiliza técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.</p> <p>Define con precisión y</p>	<p>Planifica y ejecuta la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.</p> <p>Elabora su plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.</p> <p>Aplica sus conocimientos sobre la relación actividad física-pausa- actividad física, en su plan de condición física.</p>	<p>Presenta composiciones gimnásticas aplicando técnicas de sus diferentes modalidades.</p> <p>Organiza su plan de actividad física, de acuerdo con sus intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p> <p>Concientiza a sus compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego.</p> <p>Elabora un montaje que combine danza-</p>





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	su práctica.	autonomía el proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida.	Aplica técnicas y tácticas de prácticas deportivas.	representación, determinando coreografía y planimetría.
--	--------------	--	---	---



## 16.5 CONTENIDOS EDUCACIÓN FÍSICA POR GRADO Y PERÍODO

### CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)

	TEMAS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
<b>GRADO 10</b>  <b>Periodo 1</b>	<b>PREPARACIÓN FÍSICA</b>	<p>Conocimiento de las Bases para la evaluación física.</p> <p>Conocimiento del Acondicionamiento físico</p> <p>Conocimiento para la preparación de la actividad física.</p> <p>Fundamentación básica sobre organización y administración deportiva.</p> <p>Identificación de Postura corporal (movimientos que mejoran la postura corporal)</p>	<p>Aplicación de Evaluación de condición física.</p> <p>Utilización de la Motricidad (esquema de movimientos con obstáculos.</p> <p>Descripción de planes y ejecución para la preparación de la actividad física.</p>	<p>Participa en actividades motrices grupales e individuales</p> <p>Valora positivamente el respeto, cuidado e higiene y presentación personal.</p> <p>Planifica el mejoramiento de su condición física a partir de la actualización de la ficha de evaluación.</p>



<p><b>Periodo 1</b></p>	<p><b>ATLETISMO - GIMNASIA</b></p>	<p>Identificación de las capacidades coordinativas básicas y especiales</p> <p>Identificación espacio temporal. Reconocimiento de Planos y ejes de movimiento</p> <p>Identificación de Posturas y posiciones del cuerpo</p> <p>Exploración de Percepciones propioceptivas y exteroceptivas</p>	<p>Aplicación de las Capacidades coordinativas básicas y especiales</p> <p>Utilización de Planos de movimiento</p> <p>Aplicación de la frecuencia cardíaca y respiratoria</p> <p>Exposición de posturas básicas y posiciones del cuerpo: Posturas en las actividades cotidianas. Postura y fuerza abdominal. Postura y columna vertebral</p> <p>Descripción de Cinturones corporales: Factores óseos, articulares, musculares, nerviosos</p> <p>Aplicación de formaciones básicas para el manejo de grupos (hileras, filas, círculo, estrella, herradura, rectángulo, escuadra, etc.)</p> <p>Desarrollo de Pruebas de pista y campo: Carreras de velocidad, semi fondo y fondo.</p> <p>Exposición de Saltos: Largo, triple y con garrocha</p>	<p>Cultiva hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto</p> <p>Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.</p>
-------------------------	------------------------------------	--	---	--



<p><b>Período 3</b></p>	<p><b>BALONCESTO</b></p>	<p>Exploración de las Capacidades Físicas condicionales: Fuerza y resistencia</p> <p>Conocimiento de Métodos de entrenamiento</p> <p>Fundamentación de los deportes colectivos: Baloncesto.</p> <p>Conocimiento de Administración y organización deportiva.</p> <p>Identificación de los Sistemas de eliminación, arbitraje, planillaje.</p>	<p>Desarrollo de las capacidades Físicas condicionales: Test funcionales de Fuerza: Batería (Fuerza localizada) y resistencia: Test de Cooper.</p> <p>Aplicación de los Métodos básicos de entrenamiento de la fuerza: natural, isotónico, isométrico, pliométrico e isocinético y la resistencia: Continuos, intervalos, repeticiones, circuito</p> <p>Exposición de los Fundamentos tácticos y reglamentación del deporte: Baloncesto</p>	<p>Asume con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego</p> <p>Aplica con precisión y autonomía el proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p>
<p><b>Período 4</b></p>	<p><b>VOLEIBOL</b></p>	<p>Reconocimiento de las Actividades deportivas: Voleibol: Repaso de técnica, estrategia, sistemas de juego, reglamento.</p> <p>Identificación del</p>	<p>Aplicación de ritmo, espacio y tiempo a las actividades motrices.</p> <p>Utilización y aplicación de las reglas básicas del voleibol</p>	<p>Demuestra de su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol.</p> <p>Organiza el plan de actividad física, de acuerdo con sus</p>



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

		<p>deporte, como elemento socializador</p> <p>Conocimiento de los Fundamentos técnicos del voleibol</p>		<p>intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p> <p>Concientiza a sus compañeras del buen uso del tiempo libre y el juego.</p>
<b>Periodo 4</b>	<p><b>EXPRESIONES MOTRICES ARTISTICAS</b></p> <p><b>DANZA FOLCLORICA</b></p>			
<b>GRADO 11 Periodo 1</b>	<b>PREPARACIÓN FÍSICA</b>	<p>Conocimiento sobre preparación física de base.</p> <p>Conocimiento de los principios fundamentales del entrenamiento deportivo.</p> <p>Reconocimiento de los objetivos de la preparación física de base.</p>	<p>Utilización de la preparación física como parte fundamental para el rendimiento óptimo de la actividad humana.</p> <p>Aplicación del planeamiento para la preparación física de base.</p> <p>Desarrollo del Test para medir la condición física.</p>	<p>Planifica el mejoramiento de la condición física a partir de la actualización de la ficha de evaluación</p> <p>Valora el tiempo de ocio para su formación y toma el juego como una alternativa importante.</p> <p>Aplica a su vida</p>



		<p>Exploración de las Cualidades físicas básicas, posibilidades, limitaciones.</p> <p>Identificación de los Medios de la preparación física de base.</p>		<p>cotidiana prácticas corporales alternativas.</p>
<b>Periodo 1</b>	<b>ATLETISMO – GIMNASIA</b>	<p>Identificación de las capacidades coordinativas básicas y especiales</p> <p>Reconocimiento de los Planos y ejes de movimiento</p> <p>Reconocimiento de las Posturas y posiciones del cuerpo</p> <p>Exploración de Pruebas de pista y campo: Carreras de velocidad, semi fondo y fondo.</p> <p>Conocimiento de los diferentes Saltos: Largo,</p>	<p>Aplicación de las capacidades coordinativas básicas y especiales</p> <p>Utilización de los Planos de movimiento: Longitudinal, transversal y frontal</p> <p>Aplicación de Posturas y posiciones del cuerpo.</p> <p>Exposición de Pruebas de pista y campo: Carreras de velocidad, semi fondo y fondo.</p> <p>Descripción de los diferentes Saltos: Largo, triple y con garrocha y Lanzamientos: Jabalina, martillo y disco.</p> <p>Desarrollo de las capacidades</p>	<p>Cultiva hábitos de higiene postural, recogiendo y trasladando objeto.</p> <p>Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales alternativas.</p> <p>Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables.</p>



		triple y con garrocha y lanzamientos: Jabalina, martillo y disco.	físicas condicionales de manera localizada.	
<b>Periodo 3</b>	<b>BALONCESTO - VOLEIBOL</b>	<p>Reconocimiento de la Condición física</p> <p>Identificación de las Bases del entrenamiento deportivo.</p> <p>reconocimiento de los Deportes básicos: baloncesto, voleibol,</p> <p>Identificación de la Administración y organización deportiva.</p>	<p>Aplicación de las Capacidades Físicas condicionales: velocidad y flexibilidad.</p> <p>Desarrollo de la capacidades físicas</p> <p>Exposición de los Métodos básicos de entrenamiento: velocidad y flexibilidad.</p> <p>Aplicación de los Fundamentos tácticos y reglamentación de de los deportes: baloncesto y voleibol</p> <p>Organización y realización de torneos y eventos deportivos.</p> <p>Aplicación de sistemas de juego, arbitraje y planillaje.</p>	<p>Asume con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego.</p> <p>Organiza su plan de actividad física, de acuerdo con sus intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</p> <p>Define con precisión y autonomía su proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida</p>
<b>Periodo 4</b>	<b>PRIMEROS AUXILIOS – RECREACIÓN</b>	<p>Conocimiento de los Conceptos, historia, importancia, objetivos, características de la recreación.</p>	<p>Aplicación de la evaluación de habilidades motrices.</p> <p>Utilización de la Práctica de técnica, táctica, reglamento, arbitraje, situación de juego.</p>	<p>Organiza el plan de actividad física, de acuerdo con sus intereses y concepción sobre salud y calidad de</p>



		<p>Reconocimiento del juego: importancia, clasificación, función como elemento educativo.</p> <p>Identificación de la expresión corporal: Títere, danza.</p> <p>Conocimiento del Auto cuidado: Formaciones, Normas de seguridad, desplazamientos y convivencia.</p> <p>Identificación de la Nutrición e hidratación del deportista.</p> <p>Conocimiento de la importancia de los Primeros auxilios</p>	<p>Elaboración de mecanismos para la participación lúdico recreativa.</p> <p>Aplicación de ritmo, espacio y tiempo a las actividades motrices.</p> <p>Descripción de las Enfermedades comunes en el escolar: Gástricas: Gastritis, úlceras y malestares: Cefalea, gripa, diarrea, vómito.</p> <p>Exposición de los factores que influyen en la salud del deportista: Esteroides, sustancias alucinógenas, psicoactivas</p> <p>Exposición de los Primeros Auxilios: Esguinces</p>	<p>vida.</p> <p>Concientiza a sus compañeras del buen uso del tiempo libre y el juego.</p> <p>Aplica en su vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables</p>
--	--	--	--	--

## **16.6 INDICADORES DE DESEMPEÑO EDUCACION FISICA**





**CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)**

	PRIMER PERÍODO		SEGUNDO PERÍODO	
	FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4
<b>GRADO 10</b>	<p>Reconoce las capacidades físicas motrices y las aplica participando en el mejoramiento de su condición física</p> <p><b>Nivel Superior</b> Reconoce óptimamente las capacidades físicas motrices y las aplica participando en el mejoramiento de su condición física.</p> <p><b>Nivel Alto</b> Reconoce totalmente las capacidades físicas motrices y las aplica participando en el mejoramiento de su condición física</p> <p><b>Nivel Básico</b></p>	<p>Reconoce la fundamentación técnico-táctica y la aplica en la disciplina deportiva del Atletismo demostrando interés y responsabilidad</p> <p><b>Nivel Superior</b> reconoce óptimamente la fundamentación técnico-táctica y la aplica en la disciplina deportiva del Atletismo demostrando interés y responsabilidad</p> <p><b>Nivel Alto</b> reconoce totalmente la fundamentación técnico-táctica y la aplica en la disciplina deportiva del Atletismo demostrando interés y responsabilidad</p> <p><b>Nivel Básico</b> reconoce mínimamente la</p>	<p>Conoce y utiliza los fundamentos técnicos del baloncesto: dribling, lanzamientos, pases, doble ritmo, rebotes para desarrollar una destreza del juego.</p> <p><b>Nivel Superior</b> Trabaja y utiliza óptimamente los fundamentos técnicos del baloncesto: dribling, lanzamientos, pases, doble ritmo, rebotes para desarrollar una destreza del juego.</p> <p><b>Nivel Alto</b> Trabaja y utiliza totalmente los fundamentos técnicos del baloncesto: dribling, lanzamientos, pases, doble ritmo, rebotes para</p>	<p>Identifica los fundamentos básicos del voleibol y los utiliza en su práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>Nivel Superior</b> Identifica óptimamente los fundamentos básicos del voleibol y los utiliza en su práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>Nivel Alto</b> Identifica totalmente los fundamentos básicos del voleibol y los utiliza en su práctica de este deporte respetando las reglas.</p> <p><b>Nivel Básico</b> Identifica mínimamente los</p>



	<p>Reconoce mínimamente las capacidades físico motrices y las aplica participando en el mejoramiento de su condición física.</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta reconocer las capacidades físico motrices y aplicarlas participando en el mejoramiento de su condición física</p>	<p>fundamentación técnico-táctica y la aplica en la disciplina deportiva del Atletismo demostrando interés y responsabilidad</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta reconocer la fundamentación técnico-táctica y aplicarla en la disciplina deportiva del Atletismo demostrando interés y responsabilidad</p>	<p>desarrollar una destreza del juego.</p> <p><b>Nivel Básico</b> Trabaja y utiliza mínimamente los fundamentos técnicos del baloncesto: dribling, lanzamientos, pases, doble ritmo, rebotes para desarrollar una destreza del juego.</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta trabajar y utilizar los fundamentos técnicos del baloncesto: dribling, lanzamientos, pases, doble ritmo, rebotes para desarrollar una destreza del juego.</p>	<p>fundamentos básicos del voleibol y los utiliza en su práctica de este deporte respetando las reglas.continua en la clase.</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta identificar los fundamentos básicos del voleibol y utilizarlos en su práctica de este deporte respetando las reglas.</p>
<p><b>GRADO 11</b></p>	<p><b>Conoce y aplica conceptos de la preparación física de base y fundamentos de entrenamiento deportivo para elaborar su propio plan de entrenamiento demostrando</b></p>	<p><b>Reconoce los fundamentos técnicos del atletismo y aplica un test de habilidades demostrando interés y concentración</b></p> <p><b>Nivel Superior</b></p>	<p><b>Reconoce cada uno de los fundamentos aprendidos del voleibol y el baloncesto y los practica respetando las reglas</b></p> <p><b>Nivel Superior</b></p>	<p><b>Investiga, desarrolla y promueve actividades físicas como un medio ideal para la promoción de la salud y prevención de las enfermedades</b></p> <p><b>Nivel Superior</b></p>



	<p><b>responsabilidad</b></p> <p><b>Nivel Superior</b>          conoce y aplica óptimamente conceptos de la preparación física de base y fundamentos de entrenamiento deportivo para elaborar su propio plan de entrenamiento demostrando responsabilidad</p> <p><b>Nivel Alto</b>          conoce y aplica totalmente conceptos de la preparación física de base y fundamentos de entrenamiento deportivo para elaborar su propio plan de entrenamiento demostrando responsabilidad</p> <p><b>Nivel Básico</b>          conoce y aplica mínimamente conceptos de la preparación física de base y fundamentos de entrenamiento deportivo para elaborar su propio</p>	<p>reconoce óptimamente los fundamentos técnicos del atletismo y aplica un test de habilidades demostrando interés y concentración</p> <p><b>Nivel Alto</b>          reconoce totalmente los fundamentos técnicos del atletismo y aplica un test de habilidades demostrando interés y concentración</p> <p><b>Nivel Básico</b>          reconoce mínimamente los fundamentos técnicos del atletismo y aplica un test de habilidades demostrando interés y concentración</p> <p><b>Nivel Bajo</b>          Se le dificulta reconocer los fundamentos técnicos del atletismo y aplicar un test de habilidades demostrando interés y</p>	<p>reconoce óptimamente cada uno de los fundamentos aprendidos del voleibol y el baloncesto y los practica respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Alto</b>          reconoce totalmente cada uno de los fundamentos aprendidos del voleibol y el baloncesto y los practica respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Básico</b>          reconoce mínimamente cada uno de los fundamentos aprendidos del voleibol y el baloncesto y los practica respetando las reglas</p> <p><b>Nivel Bajo</b>          Se le dificulta reconocer cada uno de los fundamentos aprendidos del voleibol y el baloncesto y los practica respetando las reglas</p>	<p>investiga, desarrolla y promueve óptimamente actividades físicas como un medio ideal para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad</p> <p><b>Nivel Alto</b>          investiga, desarrolla y promueve totalmente actividades físicas como un medio ideal para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad</p> <p><b>Nivel Básico</b>          investiga, desarrolla y promueve mínimamente actividades físicas como un medio ideal para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad</p> <p><b>Nivel Bajo</b>          Se le dificulta investigar, desarrollar y promover actividades físicas como</p>
--	--	---	--	--



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

	<p>plan de entrenamiento demostrando responsabilidad</p> <p><b>Nivel Bajo</b> Se le dificulta conocer y aplicar de conceptos de la preparación física de base y fundamentos de entrenamiento deportivo para elaborar su propio plan de entrenamiento demostrando responsabilidad</p>	<p>concentración</p>		<p>un medio ideal para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad</p>
--	--	----------------------	--	---

## **16.7 METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS EDUCACION FISICA**

### **CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)**

#### **METODOLOGIA:**

Este modelo procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las



experiencias de éstos con la vida o con las ciencias.

El modelo pretende potenciar el pensamiento de los y las estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados y relacionados con su cotidianidad.

El estudiante debe aprender a pensar y aprender haciendo para esto se utilizan estrategias como el aprendizaje significativo, los mapas conceptuales, el método de enseñanza por proyectos, la pedagogía conceptual, la formación en investigación-acción, aprendizaje basado en problemas, aprendizaje cooperativo y aprendizaje colaborativo.

Durante el proceso de aprendizaje se pueden usar diversas técnicas y métodos de enseñanza. Ocurre que muchas veces estos métodos son usados de una forma empírica sin una mayor profundización y usándose en ocasiones de modo incompleto. Esto ocurre muchas veces por desconocimiento y falta de formación al respecto, de ahí que es de vital importancia estudiar, analizar y colocar en práctica los diferentes métodos, técnicas y estrategias metodológicas para el desarrollo efectivo de las competencias en los y las estudiantes y poder contribuir con la formación integral del ser humano

### **Aspectos Metodológicos**

Para el logro de los propósitos en educación física, se recomienda diseñar situaciones de aprendizaje como las siguientes:

- Tareas exploratorias. Entendiéndose como aquellas en las que alumnos y alumnas exploran libremente objetos y lugares en contextos situacionales preparados por el profesor. En este marco, es recomendable que el docente diseñe tareas que sean suficientemente desafiantes, para que los y las estudiantes vivan experiencias de riesgo controlado.
- Tareas guiadas, donde los y las estudiantes y alumnas resuelven desafíos planteados por el profesor o por ellos mismos, mediante interrogantes, tales como: ¿Quién puede saltar este obstáculo usando manos y pies?, ¿De qué manera el grupo puede representar la primavera?, ¿Quién puede transitar por este recorrido, sin caerse?
- Trabajo por estaciones. Tipo de clase donde el curso se divide en grupos y a cada uno se le asigna una tarea a solucionar en un tiempo determinado y dentro de un espacio físico (o "estación"). El profesor puede rotar los grupos, según lo que observe en las estaciones.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

- Juegos sensoriales en los cuales se enfatiza el uso de los sentidos y el desarrollo de la percepción.
- Juegos de expresión con o sin texto. Modalidad de trabajo globalizado en la que, partir de un marco temático dado o creado por el propio grupo (cuento u otra expresión similar), los participantes eligen y ejecutan durante un cierto tiempo los roles que el tema plantea, de acuerdo con normas preestablecidas (por el profesor o el propio grupo).
- Juegos cooperativos, en los cuales se busca solución colectiva a tareas comunes al grupo o subgrupos en que se divide el curso. Las tareas pueden representar situaciones pasadas, presentes, futuras o imaginadas.
- Juegos pre deportivos, en los cuales se emplean elementos básicos de los deportes formales, sin llegar a ellos como expresión acabada de ese tipo de manifestación cultural.
- Juegos Mini deportivos, en los cuales se utilizan los elementos básicos de los juegos formales en espacios más reducidos y con implementos deportivos más pequeños, privilegiando en este nivel, la conducta lúdica por sobre la técnica.

#### **RECURSOS:**

Música, canchas, escenarios deportivos, aros, lasos, pelotas, cuerdas. balones, colchonetas

## **16.8 EVALUACIÓN EDUCACION FISICA**

**CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)**

<b>CRITERIOS</b>	<b>PROCESO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
------------------	----------------	----------------------	-------------------



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

<ul style="list-style-type: none"> <li>Asistencia a periódica a clase.</li> <li>Puntualidad y Disposición.</li> <li>Indumentaria adecuada de Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Toma asistencial y observación individual.</li> </ul>	Participación activa y asertiva durante las clases teórico – practicas de Educación Física.	Cada sesión.
<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades didácticas de enseñanza - aprendizaje de carácter teórico práctico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajo individual.</li> </ul>	Presentar de forma acorde y puntual los productos informáticos específicos de consulta temática planteados.	1 cada 2 sesiones
<ul style="list-style-type: none"> <li>Consultas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dictado de temáticas y puntos específicos con tiempo prudencial de consulta.</li> </ul>	Reunión por equipos para desarrollar en la práctica la esencia teórico conceptual, de acuerdo con proposiciones problemáticas teóricas y prácticas de las temáticas propuestas.	1 cada 2 sesiones.
<ul style="list-style-type: none"> <li>Talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trabajo en equipo.</li> </ul>	Cuestionarios escritos con situaciones teóricas o prácticas de resolución de situaciones específicas en tiempo determinado, de las temáticas enseñadas.	2 teóricas 2 practicas
<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividades de valoración teóricas y prácticas (exámenes).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Evaluaciones teóricas escritas y prácticas individuales o grupales.</li> </ul>	Presentar el cuaderno puntualmente para revisión, organizado y actualizado con los temas vistos durante el período.	1 vez durante el periodo
<ul style="list-style-type: none"> <li>Consignación informativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Revisión de cuaderno o</li> </ul>	Valoración cuantitativa escrita y justificada del desempeño durante el	1 (una) finalizando el





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

conceptual y procedimental.	libreta de apuntes.	periodo con base en aportes conceptuales, procedimentales y actitudinales.	periodo
• Autoevaluación.	• Autovaloración de proceso, cuantitativa justificada.		

## 16.9 PLANES DE APOYO EDUCACION FISICA POR GRADO Y PERIODO:

### CICLO CINCO (GRADOS 10º – 11º)

PERIODOS					
GRADO	PLANES DE APOYO	P 1	P2	P3	P4
<b>DECIMO</b>	<b>RECUPERACION</b>	Diseñar un plan de trabajo para el mejoramiento de la condición física y ejecutarlo teniendo en cuenta recomendaciones sobre la buena postura corporal.	Presentación de diapositivas con los principales elementos técnicos, la táctica y el reglamento del Atletismo	Consultar sobre los sistemas de juego y organización de torneos deportivos y diseñar la organización de un campeonato de Baloncesto	Observar videos sobre actividades que mejoren los gestos técnicos del voleibol y practicarlas.
<b>DECIMO</b>	<b>NIVELACION</b>	Presentación de algunos test físicos.	Hacer juegos predeportivos para	Desarrollo de actividades	Realizar esquemas de





SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

		Trabajos en grupo para facilitar su comprensión de los temas trabajados y a trabajar.	acercarse a la fundamentación técnica del Atletismo	lúdicas por grupos.	movimientos con los gestos técnicos del voleibol (ejercicios y actividades propuestas por el profesor).
<b>DECIMO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Desarrollo de ejercicios y actividades que conduzcan a fortalecer su condición física.  Ejercicios de análisis interpretación sobre los diferentes ítems de clasificación de acuerdo al diseño de los campeonatos (tablas de posiciones)	Realizar prácticas deportivas aplicando el reglamento	Desarrollo de actividades recreativas elaboradas por equipos de trabajo.	Observar videos sobre competencias nacionales e internacionales.
<b>GRADO</b>	<b>PLANES DE APOYO</b>	<b>PERIODOS</b>			
<b>UNDECIMO</b>	<b>RECUPERACION</b>	P 1	P2	P3	P4
		Presentar propuesta por escrito sobre la organización de un evento deportivo y cultural.	Realizar mapas conceptuales sobre los principios básicos del entrenamiento deportivo y	Presentación de un trabajo escrito que contenga algunos aspectos básicos	Observar video indicado por el docente y realizar ensayo sobre la importancia de la



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”  
PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

			exponerlos.	baloncesto y voleibol tales como: Superficies de contacto, cualidades físicas requeridas para este deporte, elementos técnicos, reglamento entre otros.	educación física en la salud física y mental del individuo, con sus conclusiones.
<b>UNDECIMO</b>	<b>NIVELACION</b>	Trabajo en equipos para presentar y desarrollar dentro de la clase una propuesta sobre la organización de un evento deportivo y cultural.	Consultar sobre los principios básicos del entrenamiento deportivo y hacer un cuestionario con preguntas y respuestas tipo ICFES para ser aplicado en clase.	Por equipos de trabajo presentar juegos predeportivos que mejoren la fundamentación técnica del Baloncesto y voleibol.	Realizar plegables haciendo alusión a la actividad física como medio para promover la salud y prevenir la enfermedad
<b>UNDECIMO</b>	<b>PROFUNDIZACION</b>	Planificar y socializar la organización de un evento cultural y deportivo teniendo en cuenta los conceptos aprendidos en clase y haciendo sus aportes.	Mediante un juego de concurso repasar los conceptos vistos en el tema de los principios básicos del entrenamiento deportivo.	Observar videos sobre técnica y táctica del Baloncesto y voleibol.	Hacer una presentación en diapositivas dando cuenta de los principales hábitos nocivos para la salud y los beneficios de la actividad física para contrarrestar



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**"EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD"**

**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

					o prevenir lo anterior.
--	--	--	--	--	-------------------------

**" La Educación Física, es una disciplina pedagógica con carácter eminentemente formativo que contribuye al desarrollo armónico del individuo mediante la práctica sistemática de la actividad física, se tiende a generar actitudes, habilidades, hábitos y conocimientos con lo que se pretende coadyuvar a elevar la calidad de la Educación".**



## **17 BIBLIOGRAFIA Y CIBERGRAFIA**

1. Instituto de Educación Física. Universidad de Antioquia. Guía Curricular para la Educación Física Módulo 02 Básica Primaria y Módulo 03 Básica Secundaria. Medellín, Agosto 2003.
2. Instituto de Educación Física. Universidad de Antioquia. Guía Curricular para la Educación Física Módulo 03 Básica Secundaria. Medellín, Agosto 2003.
3. Ruiz, Ayala Nubia Consuelo. Biblioteca del Educador. Estrategias y Métodos Pedagógicos. Prolibros. Santa fé de Bogota, 2002.
4. Ruiz, Ayala Nubia Consuelo. Biblioteca del Educador. Expresión y creatividad. Prolibros. Santa fe de Bogota, 2002.
5. Ministerio de Educación Nacional (MEN). Examen de Estado. Cambios para el Siglo XXI. Lengua Castellana. Lineamientos curriculares. MEN. Bogotá, 1998.
6. Lipman, Mathew. Definiciones de Categorías de Indagación, Apertura Mental y Razonamiento. Memorias Capacitación docente en PRYCREA-CIPES. Institución Educativa Alfonso Mora Naranjo. Medellín, 2005.
7. Plazas, Motta Orlando; TOSORATTI Cecilia. Nuevo Portal del Idioma. Castellano y Literatura 10. Guía para Docentes. Grupo editorial Norma. Bogota, 2004.
8. REPÚBLICA DE COLOMBIA. Constitución Política de Colombia. 1992
9. MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. LEY GENERAL DE EDUCACIÓN. Ley 115 El Pensador. 1994
10. Ley Marco del Deporte, ley 185 de 1995
11. Ley 0715 de Diciembre 21 de 2001
12. Decreto 1290 de 2009.



SECRETARIA DE EDUCACION DE MEDELLIN NUCLEO EDUCATIVO 923

**INSTITUCION EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**

Resolución Departamental N° 10363 de diciembre 12 de 2000

CODIGO DANE: **105001006246** NIT: **811019634-5**

**“EDUCANDO EN LA RESPONSABILIDAD, EDUCAMOS PARA LA LIBERTAD”**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACION Y DEPORTE**

13. CAMACHO COY, Hipólito. Pedagogía y Didáctica de la Educación Física. Editorial
14. CAMACHO COY, Hipólito y otros. Alternativa Curricular de Educación Física para
15. Secundaria programación de 6° a 11°. Universidad Sur Colombiana. Ed. Kinesis. 1997
16. BONILLA B, Carlos Bolívar y CAMACHO COY, Hipólito. Educación Física Básica primaria. Tercera Edición. Armenia: Kinesis, 2002.
17. Arboleda, R. (2008) Las expresiones motrices, una representación. Hacia la configuración del campo académico. En: Efdesportes.com revista digital (online) Recuperado de: URL: <http://www.efdeportes.com/efd119/las-expresiones-motrices.htm>
18. CAMACHO COY, Hipólito y Otros. Competencias y Estándares para la Educación
19. Física. Una Experiencia que se construye paso a paso. Editorial Kinesis, Colombia. 2008.
20. MUÑOZ MUÑOZ, Luis Armando. Educación Psicomotriz. Cuarta Edición. Armenia
21. Cardona, Jhon Jairo, Romero Angélica. Memorias del Diplomado en Pedagogía de la Danza, la Música y el Teatro. Edúcame-Red de Artes Escénicas. Casa Museo Pedro Nel Gómez. Medellín. Año 2003
22. Carvajal, Jaramillo Girelenny Patricia. Memorias del Diplomado en Técnicas Apropriadas del Teatro a los Procesos Pedagógicos (Juegos Teatrales)”. Pequeño Teatro de Medellín. Medellín, Julio de 2003.
23. [www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975\\_recurso\\_10.pdf](http://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-339975_recurso_10.pdf)