

**SECRETARIA DE EDUCACION DEL GUAVIARE  
INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS  
COMPONENTE FORMACION HUMANA**

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES**

**CICLO 1 (GRADOS 0° - 3°)**

**DISEÑADO POR:  
MAGISTER MARINO DE JESUS LOPEZ GARCIA**

**2013**

## SELECCIÓN DE ESTANDARES Y TAXONOMÍA

ENUNCIADO	MOTRIZ				LENGUAJES CORPORALES	COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
	DESARROLLO MOTOR	TÉCNICAS DEL CUERPO	CONDICIÓN FÍSICA	LÚDICA MOTRIZ		
VERBO						
<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>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>	<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>

		Diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.				
<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.			las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.  Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.

<b>sigio</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.
---------------	--	--	--	--	--	---

**TAXONOMIA DE BLOOM** (Clasificación de los estándares)

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p><b>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.</b></p> <p><b>Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.</b></p> <p><b>Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.</b></p> <p><b>Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta</b></p> <p><b>Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</b></p>	<p>Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.</p> <p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.</p> <p>Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.</p> <p>Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades.</p> <p>Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p> <p>Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.</p> <p>Exploro cambios fisiológicos que se</p>	<p>Atiendo las indicaciones para realizar el calentamiento al iniciar y recuperación al finalizar la actividad física.</p> <p>Atiendo las orientaciones sobre mi tiempo para jugar y realizar actividad física.</p> <p>Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar los ejercicios.</p> <p>Sigo orientaciones sobre hidratación, nutrición e higiene para el adecuado desarrollo de la actividad física</p> <p>Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase.</p> <p>Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.</p>

	<p>presentan entre actividad física-pausa-actividad física</p> <p>Exploro el juego como un momento especial en la escuela.</p> <p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.</p> <p>Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales</p> <p>Exploro gestos, representaciones y bailes.</p> <p>Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades</p> <p>Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.</p> <p>Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.</p> <p>Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.</p> <p>Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p>	
--	---	--

## ESTÁNDARES POR GRADO Y PERIODO

	PERIODO UNO	PERIODO DOS	PERIODO TRES	PERIODO CUATRO
<b>GRADO 0° Y 1°</b>	<p>Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos.</p> <p>Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.</p> <p>Juego siguiendo las orientaciones que se me dan.</p>	<p>Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario</p> <p>Realizo distintas posturas en estado de quietud y en movimiento.</p> <p>Juego de acuerdo con mis preferencias en el contexto escolar.</p>	<p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física</p> <p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.</p>	<p>Exploro el juego como un momento especial en la escuela.</p> <p>Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades</p>
<b>GRADO 2°</b>	<p>Resuelvo las diversas situaciones que el juego me presenta.</p> <p>Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades</p>	<p>Exploro formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos.</p>	<p>Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.</p> <p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.</p>	<p>Exploro el juego como un momento especial en la escuela.</p> <p>Exploro juegos y actividad física de acuerdo con mi edad y mis posibilidades</p>



<p><b>GRADO 3°</b></p>	<p>Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades físicas.</p> <p>Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física.</p> <p>Exploro pruebas de medición de mis capacidades físicas y llevo registro de ellas.</p>	<p>Exploro técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo</p> <p>Exploro formas básicas de movimiento aplicados a formas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Exploro cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física</p>	<p>Exploro posibilidades de movimiento siguiendo ritmos de percusión y musicales diversos.</p> <p>Exploro prácticas de tradición de danza y lúdicas de la familia.</p> <p>Exploro movimientos con diferentes ritmos musicales</p>	<p>Exploro gestos, representaciones y bailes.</p> <p>Exploro la práctica de diferentes juegos deportivos individuales y grupales.</p> <p>Exploro mis capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.</p>
------------------------	--	---	---	---

## CONTENIDOS Y TEMAS POR GRADO Y PERÍODO

	CONTENIDOS Y TEMAS	CONCEPTUALES(QUÉ)	PROCEDIMENTALES(CÓMO)	ACTITUDINALES(PARA QUÉ SIRVE)
<b>GRADO 0º Y 1º PERIODO 1</b>	El cuerpo y sus funciones	Diferentes partes del cuerpo y sus respectivas funciones.  La variable de espacio en la realización de tareas motoras.	Nombra y utiliza en diferentes formas sus segmentos corporales.  Realiza movimientos consientes y voluntarios.	Nombra y localiza las partes de sus cuerpo que se le indiquen en sí mismo y en sus compañeros. Se desplaza según indicaciones dadas.
<b>GRADO 0º Y 1º PERIODO 2</b>	Ajuste postural equilibrio	Fortalece el ajuste postural, mediante el control del mismo en actividades de equilibrio, dinámica y estática.  Identifica posiciones y posturas, diferenciando en cada una de ellas los aspectos correctos de los incorrectos.	Demuestra equilibrio y tono muscular en las posiciones básicas; de pie, sentados....  Demuestra armonía y plasticidad en la práctica de capacidades físicas	Muestra armonía corporal en la ejecución de las formas básicas de movimiento.
<b>GRADO 0º Y 1º PERIODO 3</b>	Expresión corporal coordinación	Utiliza de forma creativa y autónoma los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, valorando y realizando distintos tipos de actividades expresivas. Coordina sus movimientos acorde a diversos estímulos sonoros, visuales y posturales.	Realiza actividades rítmicas utilizando diferentes elementos.  Experimentar actividades donde se vivencien las posibilidades del movimiento corporal. Localiza y ejecuta sus movimientos según los estímulos recibidos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promueve los valores de solidaridad, respeto, responsabilidad de las normas de convivencia a través del juego.</li> <li>• Plantea otros juegos propios de su interés para realizar las actividades prácticas de la clase.</li> </ul>

<b>GRADO 0° Y 1° PERIODO 4</b>	Juegos callejeros	Juegos tradicionales y callejeros	Juegos de expresión, que facilita una fluida comunicación motriz, verbal y gestual.	Desarrolla de manera creativa actividades lúdicas en grupo.
<b>GRADO 2° PERIODO 1</b>	Respiración Coordinación	Las características de sus sensaciones de movimiento o sinestesia.  Movimientos de coordinación.  Respiración y su importancia en las actividades físicas	Realizar juegos senso – perceptivos donde reconozca texturas, olores y formas.  Realizar actividades y juegos con coordinación oculo- manual y oculo-pedica.	Explora con gusto las diferentes posibilidades de movimiento de su cuerpo.  Participa activamente en las actividades y juegos
<b>GRADO 2° PERIODO 2</b>	Flexibilidad y Resistencia  Reglas en los juegos  Equilibrio y ritmo	Definición de flexibilidad, resistencia y actividades recreativas.  Utilización de reglas y funciones en el juego.  Adopción correcta de posiciones básicas.  Equilibrio, ritmo, saltos	Realización de tareas dirigidas y espontáneas: flexión, extensión, circundicción, rotación, aducción, con cada una de las articulaciones. Estimulación del cuidado personal y colectivo mediante diálogos representaciones y juegos de roles. Juegos individuales y en grupo. Ejercicios coordinados: pie, sentados, cuadrúpeda. Utilización de implementos.	Se interesa por mantener una excelente presentación personal.  Reconoce que los buenos hábitos alimenticios es una de las maneras de cuidar y valorar su cuerpo.  Practica hábitos de aseo e higiene.

<b>GRADO 2° PERIODO 3</b>	Coordinación óculo manual y óculo, pedica	Óculo manual con desplazamiento (lanzar – recibir) – óculo pédica – desplazamiento – pateo	Actividades lúdicas recreativas: rondas, canciones, dinámicas.  Orientaciones básicas para cada una de las actividades utilizando material didáctico; como aros, cuerdas, balones, obstáculos, estimulación y motivación periódica.	Promueve los valores de solidaridad, respeto, responsabilidad de las normas de convivencia a través del juego.  Escucha y comprende las orientaciones antes de realizar las actividades prácticas de la clase.
<b>GRADO 2° PERIODO 4</b>	Las rondas y los juegos	Juegos recreativos.  Juegos tradicionales.  Rondas, estribillos y canciones  La cultura a través del juego.  Normas, reglas y funciones en el juego	-Trabaja en equipo proponiendo estrategias de juego. -Combina ejercicios y juegos apoyándose en su creatividad e imaginación. -Práctica de juegos, rondas, estribillos y canciones acordes a las posibilidades de los niños e infraestructura.	Disfruta de los juegos en equipo  Asume roles y responsabilidades en las practicas recreativas.  Asume roles y responsabilidades en las practicas recreativas.
<b>GRADO 3° PERIODO 1</b>	El cuerpo y sus diferentes movimientos	Conocimiento del cuerpo por medio del movimiento	Juegos, ejercicios con los sistemas orgánicos.	Valora las partes de su cuerpo.
<b>GRADO 3° PERIODO 2</b>	Formas y posibilidades De movimiento en el cuerpo	Formas y posibilidad de movimiento	Rondas y actividades coleccionables.	Tiene responsabilidad y cuidado de su cuerpo

<p><b>GRADO 3º</b> <b>PERIODO</b> <b>3</b></p>	<p>Educación rítmica</p>	<p>Educación rítmica (pulso ritmo y acento).</p> <p>Trabajo con ritmo</p> <p>Diferenciación de ritmos con pequeños elementos.</p> <p>Coordinación: óculo manual y óculo pédica con elementos.</p> <p>Relaciones temporales, el ritmo, pulso y acento.</p>	<p>Controla de la respiración, inhalar - exhalar y relajar.</p> <p>Coordina movimientos acorde con el ritmo.</p> <p>Tareas individuales y colectivas donde los estudiantes pongan a prueba su creatividad.</p> <p>Hace uso de diferentes elementos en la realización de juegos</p>	<p>Expresa emociones y sentimientos cuando interactúa con los demás.</p> <p>Se integra en los trabajos realizados en grupo.</p>
<p><b>GRADO 3º</b> <b>PERIODO</b> <b>4</b></p>	<p>Juegos deportivos pre</p>	<p>Fundamentación inicial en: baloncesto, fútbol, voleibol y balón mano.</p> <p>Reglas de juego limpio, importancia del ejercicio físico, actividades motrices de oposición y corporación, los valores y trabajo en equipo.</p> <p>Clasificación de los juegos con su correspondiente finalidad.</p>	<p>Ejercitación de actividades predeportivas.</p> <p>Explicaciones claras y cortas de los juegos predeportivos.</p> <p>Demostraciones rápidas de diferentes juegos.</p> <p>Dar oportunidad de ensayos realizar correcciones.</p> <p>Estimular constantemente, orientación de competencias.</p>	<p>Practica las actividades que proporcionan descanso diversión y participación social.</p> <p>Destacar la importancia de la disciplina y la perseverancia en la ejecución de juegos predeportivos.</p> <p>Se integra a un equipo y participa en la toma de decisiones ante diversas situaciones del juego.</p>

--	--	--	--	--

**CICLO: UNO (GRADOS 0-3)**

GRADO 0º Y 1º		GRADO 2º		GRADO 3º	
<b>META:</b> al terminar el ciclo uno los estudiantes tendrán un desarrollo motor acorde con su edad que le permita adquirir habilidades y destrezas para practicar diferentes tipos de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.					
<b>Objetivo 1:</b> Conocer y valorar el propio cuerpo y sus posibilidades motrices, realizando de forma autónoma actividades físicas, que exijan un nivel de esfuerzo, habilidad o destreza acorde con ellas, por medio del juego como recurso para aprovechar el Tiempo libre.		<b>Objetivo 2:</b> Posibilitar al estudiante la iniciación y la vivencia de habilidades y destrezas motoras elementales desde sus patrones básicos de movimiento.		<b>Objetivo 3:</b> Posibilitar al estudiante la adquisición de habilidades y destrezas predeportivas elementales	
<b>Definición de las competencias generales o mega habilidades:</b>					
<b>Motriz</b>					
<b>Desarrollo motor:</b> La educación de la motricidad favorece el contacto con los demás para la comunicación elemental o para emprender acciones conjuntas, donde las fuerzas personales, las habilidades y capacidades físicas, deben coordinarse, adecuarse y	<b>Técnicas del cuerpo:</b> El concepto de técnicas del cuerpo se entiende como todo acto tradicional eficaz para el desenvolvimiento en la vida, determinado por las características de la cultura. Desde esta perspectiva, las técnicas del cuerpo no se limitan a los	<b>Condición física:</b> El estudiante es competente en la acción motriz cuando estructura su motricidad, desarrolla su condición física y utiliza técnicas del cuerpo y del movimiento en diversos contextos. Desde ellos se favorece el desarrollo de lo	<b>Lúdica motriz</b>  Como componente de la competencia motriz se caracteriza por los aprendizajes alcanzados en el juego. Por ello, es necesario valorarla como fundamento de una educación para la vida, tanto individual como social. La lúdica	<b>Expresiva Corporal</b> La competencia expresiva corporal se entiende como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones,	<b>Lenguajes expresivos – corporales</b> Los lenguajes corporales hacen posible la conservación y transmisión de las experiencias motrices, el desarrollo de la conciencia y la orientación de los propios movimientos (Meinel, 1977, p.

<p>proyectarse en la búsqueda y alcance de objetivos propios de diferentes exigencias de la vida. Esto ocurre tanto en el equipo deportivo como en las acciones de trabajo, la vida cotidiana, el ocio o la acción ante situaciones de riesgo y catástrofe. La capacidad de desarrollo de una cultura tiene como base el uso colectivo de las propias fuerzas de sus integrantes. A partir de su motricidad el ser humano estructura sus relaciones con el mundo, en procesos de adaptación, sobrevivencia, producción y como elemento generador de creatividad, de uso estético, deportivo, lúdico y recreativo. Son</p>	<p>procedimientos calificados que conducen a la obtención de la destreza, sino que se incorporan a la vida cotidiana y a la propia evolución de la persona en su aspecto lingüístico y cognitivo.</p>	<p>lúdico, la expresividad corporal y la axiología corporal, en su relación consigo mismo y con el mundo.</p>	<p>permite al sujeto encontrarse consigo mismo y con el otro en circunstancias en que el placer por la actividad misma es lo esperado</p>	<p>superar miedos, aceptar su cuerpo), y de mejorar la disponibilidad corporal y comunicativa mediante la expresión y la representación. Así pues, la expresión corporal se comprende como la exteriorización y comunicación de emociones, sensaciones o ideas a través de actitudes y gestos que hacen posible la liberación de tensiones internas.</p>	<p>19). Por ello, el desarrollo de la competencia expresiva corporal busca que mediante el trabajo con su cuerpo, los sujetos aprendan a relacionar y reconocer los movimientos espontáneos, así como apropiarse y usar las técnicas expresivas dentro de su proceso formativo. Todo movimiento humano tiene un propósito y su realización contiene un significado que es interpretado o comprendido por quien lo realiza o por los otros, de tal forma que se establecen códigos de comunicación e interacción que están presentes de manera permanente en las relaciones sociales. Se trata de buscar que los</p>
---	---	---	---	--	---

<p>innumerables las invenciones de juegos, deportes, danzas o múltiples modalidades de expresión motriz, propias de cada cultura y cada sociedad en un momento histórico determinado.</p>					<p>estudiantes, desde su reconocimiento personal, puedan descubrir las posibilidades de acercamiento a su corporeidad en las diferentes manifestaciones, así como comprender sus emociones, las formas de relacionarse consigo mismo y con los demás, a través de auténticos lazos de comunicación. La competencia expresiva en los lenguajes corporales está determinada por la precisión de la ejecución o formas de uso del cuerpo para enviar un mensaje y ser comprendido o interpretado por los otros, en la vida cotidiana y en el desarrollo de técnicas de expresión corporal</p>
---	--	--	--	--	--



<b>Nivel de desarrollo de las competencias generales, transversales o mega habilidades</b>					
N1 Nombra cada una de las partes del cuerpo y algunas de sus funciones	N1 distingue entre una adecuada postura corporal y una inadecuada	N1 define motricidad gruesa y fina	N1 nombra reglas sencillas de algunos juegos y las pone en práctica	N1 reconoce la importancia de una adecuada expresión corporal	N1 marca el pulso durante la realización de actividades que impliquen desplazamiento
<b>N2 comprende</b> Asocia las partes del cuerpo con sus funciones	N2 argumenta la importancia de una adecuada posición corporal	N2 asocia la motricidad fina y gruesa mediante ejercicios simples	N2 argumenta la importancia de las reglas a la hora de ejecutar un juego	N2 critica las expresiones faciales y corporales de algunos personajes	N2 asocia el ritmo con diferentes movimientos
<b>N3 aplica</b> Aprovecha las partes del cuerpo y sus funciones	N3 Utiliza una adecuada postura corporal en diferentes posiciones	N3 aprovecha su motricidad fina y gruesa en actividades lúdico recreativas	N3 aprovecha las reglas de algunos juegos para fomentar el compañerismo	N3 dramatiza diferentes personajes que transmiten distintos mensajes con el cuerpo	N3 sigue un ritmo musical ejecutando diferentes movimientos
<b>N4 analiza</b> <b>Contrasta las partes del cuerpo con sus funciones</b>	N4 compara las posturas corporales determinando la correcta de la incorrecta	N4 descubre las posibilidades de movimiento en la motricidad fina y gruesa	N4 critica algunas reglas de algunos juegos	N4 analiza la importancia de transmitir mensajes positivos con el rostro y con el cuerpo	N4 compara entre un movimiento bien ejecutado siguiendo un ritmo musical y otro que no lo es.
<b>N5 sintetiza</b> <b>Expone las partes del cuerpo y sus funciones</b>	N5 elige la adecuada postura corporal en una determinada posición movimiento	N5 aprecia las ventajas y desventajas de un adecuado manejo de la motricidad fina y gruesa	N5 dirige algunos juegos respetando algunas reglas que se le dan	N5 narra los mensajes que transmite una persona con su rostro y con su cuerpo	N5 explica lo que es un ritmo musical
<b>N6 evalúa</b> <b>Explica las funciones de</b>	N6 explica el por qué de una adecuada postura	N6 explica la importancia de una buena motricidad	N6 valora la importancia de las reglas en los juegos	N6 explica la importancia de una adecuada expresión	N6 valora la importancia de una buena educación

algunas partes del cuerpo	corporal			corporal	ritmica
---------------------------	----------	--	--	----------	---------

**INDICADORES DE DESEMPEÑO POR GRADO Y PERÍODO**

	PERIODO UNO	PERIODO DOS	PERIODO TRES	PERIODO CUATRO
<b>GRADO 0° Y 1°</b>	<p>Superior: de manera excepcional nombra las partes del cuerpo en si mismo y en los demás</p> <p>Alto: Nombra con profundidad las partes del cuerpo en si mismo y en sus compañeros</p> <p>Básico: identifica mínimamente las partes del cuerpo en si mismo y en sus compañeros</p> <p>Bajo: nombrar con dificultad las partes del cuerpo en si mismo y en sus compañeros</p>	<p>Superior: en forma excepcional realiza un adecuado ajuste postural en diferentes movimientos</p> <p>Alto: presenta a profundidad un adecuado ajuste postural en diferentes movimientos</p> <p>Básico: presenta mínimamente un adecuado ajuste postural en diferentes movimientos</p> <p>Bajo: presenta con dificultad una adecuado</p>	<p>Superior: en forma excepcional utiliza los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento, valorando y realizando distintos tipos de actividades expresivas.</p> <p>Alto: conoce a profundidad los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento valorando los distintos tipos de actividades expresivas.</p> <p>Básico: conoce mínimamente los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento valorando los distintos tipos de actividades expresivas.</p>	<p>Superior: en forma excepcional práctica diferentes juegos callejeros haciendo uso correcto de las reglas</p> <p>Alto: conoce a profundidad algunos juegos callejeros, los practica y pone en práctica algunas reglas del juego.</p> <p>Básico: conoce mínimamente algunos juegos callejeros, los practica y pone en práctica algunas reglas del juego.</p> <p>Bajo: conoce con dificultad algunos</p>

		ajuste postural	Bajo: conoce con dificultad los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento y los distintos tipos de actividades expresivas.	juegos callejeros, haciendo poca practica de ellos.
<b>GRADO 2°</b>	<p>Superior: en forma excepcional ejecuta una adecuada respiración y además ejecuta movimientos coordinados</p> <p>Alto: realiza a profundidad un adecuado manejo de la respiración y ejecuta movimientos coordinados</p> <p>Básico: realiza mínimamente un adecuado manejo de la respiración y ejecuta algunos movimientos coordinados</p> <p>Bajo: realización dificultad un adecuado manejo de la respiración y ejecutar</p>	<p>Superior: en forma excepcional practica diferentes actividades lúdicas y recreativas manejando una adecuada plasticidad en sus movimientos</p> <p>Alto: participa con profundidad de actividades lúdicas y recreativas manejando una adecuada plasticidad en sus movimientos</p> <p>Básico: participa mínimamente en actividades lúdicas y recreativas con poca plasticidad en sus movimientos</p>	<p>Superior: en forma excepcional respeta y valora las debilidades de su compañeros y coordina con propiedad de acuerdo a la edad.</p> <p>Alto: tiene a profundidad una buena coordinación de acuerdo a la edad y respeta las debilidades de sus compañeros.</p> <p>Básico: tiene mínimamente buena coordinación de acuerdo a la edad y respeta las debilidades de sus compañeros</p>	<p>Superior: en forma excepcional valora la importancia de los roles en los juegos recreativos y disfruta de los juegos en equipo</p> <p>Alto: conoce con profundidad los roles en los juegos recreativos y disfruta de los juegos en equipo</p> <p>Básico: conoce mínimamente los roles en los juegos y disfruta de los juegos en equipo.</p>

	movimientos coordinados	Bajo. participa con dificultad en actividades lúdicas y recreativas con poca plasticidad en sus movimientos	Bajo: tiene dificultad en la coordinación de sus movimientos y respeta poco las debilidades de sus compañeros	Bajo: tiene dificultad en reconocer los roles en los juegos y disfruta poco de los juegos en equipo.
<b>GRADO 3°</b>	<p>Superior: en forma excepcional ejecuta diferentes movimientos del cuerpo</p> <p>Alto: maneja con profundidad los diferentes movimientos del cuerpo</p> <p>Básico: maneja mínimamente los movimientos del cuerpo</p> <p>Bajo: maneja con dificultad los diferente movimientos del cuerpo</p>	<p>Superior: en forma excepcional conoce y ejecuta diferentes formas y posibilidades de movimiento con el cuerpo.</p> <p>Alto: conoce con profundidad diferentes formas y posibilidades de movimiento en el cuerpo.</p> <p>Básico: conoce mínimamente diferentes formas y posibilidades de movimiento en el cuerpo.</p> <p>Bajo: conoce con dificultad diferentes formas y posibilidades</p>	<p>Superior: lleva en forma excepcional el rito a través de múltiples movimientos.</p> <p>Alto: maneja con profundidad el ritmo en sus movimientos.</p> <p>Básico: maneja mínimamente el ritmo en algunos movimientos.</p> <p>Bajo: maneja con dificultad el ritmo en algunos movimientos</p>	<p>Superior: en forma excepcional practica algunos juegos pre deportivos que son la base de los deportes.</p> <p>Alto: ejecuta con profundidad juegos pre deportivos como base de los deportes.</p> <p>Básico: ejecuta mínimamente algunos juegos pre deportivos como base de los deportes.</p> <p>Bajo: ejecuta con dificultad algunos juegos pre deportivos como base de los deportes</p>

		de movimiento en el cuerpo		
--	--	----------------------------	--	--

### **METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS INSTITUCIONALES:**

- El trabajo abierto: El trabajo que realiza el estudiante debe ser abierto (no el mismo para todos los alumnos, debe permitir la innovación y propuesta de éstos), para atender a la diversidad que se presenta en el aula de clase, de acuerdo con los necesidades, intereses y ritmos de aprendizaje de los estudiantes. En conclusión, el docente puede desarrollar la unidad didáctica, bien partiendo de preguntas problematizadoras o por proyectos de aula para cada eje conceptual. El trabajo en el aula debe ser más flexible que directivo.
- La motivación. Para que se de aprendizaje con sentido, se requiere que se parta de situaciones que provoquen el interés y mantengan la atención del educando, bien porque respondan a sus experiencias y necesidades, por su significado lúdico e imaginario o retador. También, en los casos posibles, se necesita garantizar aprendizajes funcionales, asegurando la utilización por parte del alumno cuando lo necesite, tanto en la aplicación práctica del conocimiento adquirido como en su utilización para llevar a cabo nuevos aprendizajes.
- El medio. Es un recurso que da coherencia a los conceptos y procedimientos trabajados en clase, ya que permiten que estos se inserten en el medio social en que vive cotidianamente el alumno y viceversa. No necesariamente se requiere del trabajo de campo ni la observación directa porque el medio en que habita el estudiante trasciende lo local, territorial y nacional para insertarse en un mundo globalizado a través de los medios de comunicación. En la práctica se asocia el estudio del medio con salidas pedagógicas pero no necesariamente se requiere de esto, simplemente consiste en relacionar la variable del medio con los trabajos escolares, si la información que se ha de aprender se articula o conecta con las variables del medio que rodea el estudiante, este proceso será más fácil.
- La creatividad. Esta variable supone una combinación, una asociación y una transformación de elementos conocidos para tener un resultado novedoso, pertinente y original que de buen resultado. Se trata por tanto de hacer nuevas combinaciones con elementos asociativos de ideas, materiales o conceptos ya conocidos pero cuya combinación nos da un resultado novedoso, original y alternativo.
- El mapa conceptual. Es un recurso que sirve para introducir un tema, desarrollarlo y evaluarlo. El mapa conceptual da claridad a la presentación de los temas, los jerarquiza, permite la interrelación entre los conceptos y el aprendizaje de lo esencial. Además de éste, existen otras herramientas útiles para los propósitos aquí expuestos como: mapas mentales,

mentefactos, la V heurística, entre otras.

- La adaptación curricular. Lo primero que debemos de tener claro es de la diversidad de nuestros estudiantes, debemos educar en la heterogeneidad. Aquí nos encontramos con tres casos: los alumnos con dificultades académicas, con necesidades educativas especiales y muy avanzados; en los tres casos debemos hacer adaptaciones curriculares para garantizar la inclusión, evitar las altas tasas de reprobación y disminuir las potenciales situaciones de indisciplina.

### **METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DEL ÁREA**

El área de educación física se orienta a desarrollar las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento de los alumnos/as, a profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. La enseñanza en esta área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos, como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma.

La educación a través del cuerpo y el movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos. el cuerpo y el movimiento se constituyen en ejes básicos de la acción educativa en esta área.

la enseñanza de la educación física ha de promover y facilitar que cada alumno y alumna llegue a comprender su propio cuerpo y sus posibilidades y a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas de modo que, en el futuro, pueda escoger las más convenientes para su desarrollo personal, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan mejorar las condiciones de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades del movimiento como medio de enriquecimiento y disfrute personal, y de relación con los demás.

la educación por el movimiento ha de plantearse como un proceso en el que, mediante una exploración de las propias posibilidades corporales, se activan mecanismos cognitivos y motores.

el enfoque metodológico de la educación física en la etapa de primaria tiene un carácter fundamentalmente lúdico. Teniendo en cuenta todo lo anterior se puede plantear que una adecuada metodología para esta área se puede hacer a través del método inductivo deductivo el cual consiste en se guía al niño dándole una serie de elementos para que el a través de la práctica logre adquirir los conocimientos lo cual en educación física es viable dado que es una asignatura básicamente práctica y que permite ser muy lúdicos



## EVALUACIÓN

CRITERIOS	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<p>La evaluación en el área de Educación Física, Recreación y Deporte; se realizará bajo tres aspectos:</p> <p>Diagnóstica: Al realizar la conducta de entrada para determinar deficiencias o grado de eficiencia de los estudiantes en temas varios; así se logra determinar las necesidades del área.</p>	<p>P1: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas.</p> <p>P1: Trabajos entregados y hechos en clase.</p> <p>P2: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase</p> <p>P2: Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad</p> <p>P3: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase</p>	<p>Al iniciar el periodo de harán actividades que permitan determinar los saberes previos de los estudiantes con respecto un teme determinado, hecho esto se podrá iniciar el nuevo proceso en el cual los estudiantes podrán obtener y mejorar los conocimientos sobre el tema.</p> <p>Al evaluar se analizaran las actitudes de los estudiantes durante el trabajo individual y grupal, tendrá mayor validez el interés, esfuerzo y empeño que muestre el estudiante por realizar el ejercicio o actividad</p>	<p>En cada clase se evaluara la actitud que demuestre el estudiante para realizar las diferentes actividades.</p> <p>El uniforme será revisado en cada clase como un criterio para tener en cuenta en el aspecto de disponibilidad para el trabajo.</p> <p>Por periodo se asignaran dos tareas para ser realizadas en la casa.</p> <p>Dos trabajos grupales, una auto evaluación y una coevaluación, además una</p>

<p>Formativa: Cuando el alumno se siente estimulado, interesado, orientado, busca solucionar sus dificultades de movimiento, procura auto dominarse, manejar bien sus recursos y practicar buenas relaciones humanas.</p> <p>Sumativa: Cuando se determina el estado de rendimiento o aprendizaje del alumno con mediciones, distancias, tiempos, repeticiones.</p> <p>Para el proceso de evaluación por períodos se tiene muy en cuenta el alcance de los logros del área, además cada estudiante debe hacerse una autoevaluación.</p>	<p>P3: Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.</p> <p>P4: Presentación del uniforme</p> <p>P4: Trabajo práctico en cada una de las clases. Una evaluación por periodo tipo saber.</p>	<p>mas que si lo hace de manera excelente pero con una mala actitud</p> <p>con el fin de emitir un concepto final se tendrán en cuenta todos los aspectos evaluados, análisis y observaciones hechas durante el periodo además se permitirá al estudiante hacer una auto evaluación que lo lleve a repensarse para el periodo o año siguiente</p>	<p>evaluación tipo icfes de los contenidos trabajados en el periodo y en la cual se hará énfasis en la comprensión lectora.</p>
---	---	---	---



## PLANES DE APOYO POR GRADO Y PERIODO

	GRADO PREESCOLAR Y PRIMERO				GRADO SEGUNDO			
	P 1	P2	P3	P4	P1	P2	P3	P4
<b>Planes de apoyo para recuperación</b>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.</p> <p>Trabajos en el aula con ayuda de un compañero que domine el tema</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p> <p>Evaluar las actividades que mas le gusten al estudiante</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>
<b>Planes de apoyo para nivelación</b>	Fomentar la participación del alumno en la clase.	Realización de actividades extracurricul	Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más	Realización de actividades extracurricul	Fomentar la participación del alumno en la clase.	Realización de actividades extracurricul	Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más	Realización de actividades extracurricul

	Trabajos en el aula Trabajos en equipos colaborativos	ares.  Estar más pendiente de su quehacer en el aula.	pendiente de su quehacer.  Trabajos de consulta.  Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante  Trabajos en equipos colaborativos	ares.  Trabajos en equipos colaborativos	Trabajos en el aula  Trabajos en equipos colaborativos	ares.  Estar más pendiente de su quehacer en el aula.	pendiente de su quehacer.  Trabajos de consulta.  Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante  Trabajos en equipos colaborativos	ares.  Trabajos en equipos colaborativos
<b>Planes de apoyo para profundización</b>	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Ser monitor del área.	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo  Liderar grupos de	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Ser monitor del área.	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo  Liderar grupos de	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de

	Liderar grupos de trabajo.	grupos de trabajo	trabajo	trabajo	Liderar grupos de trabajo	grupos de trabajo	trabajo	trabajo
<b>GRADO TERCERO</b>								
	P 1	P2		P3		P4		
<b>Planes de apoyo para recuperación</b>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.</p> <p>Trabajos en el aula con ayuda de un compañero que domine el tema</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>		<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p> <p>Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>		<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>		

<b>Planes de apoyo para nivelación</b>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Estar más pendiente de su quehacer en el aula.</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p> <p>Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>
<b>Planes de apoyo para profundización</b>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</p> <p>Ser monitor del área.</p> <p>Liderar grupos de trabajo.</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</p> <p>Liderar grupos de trabajo</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo</p> <p>Liderar grupos de trabajo</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</p> <p>Liderar grupos de trabajo</p>

**SECRETARIA DE EDUCACION DEL GUAVIARE  
INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS  
COMPONENTE FORMACIÓN HUMANA**

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES  
CICLO 2 (GRADOS 4º- 5º)**

**DISEÑADO POR:  
MAGISTER MARINO DE JESUS LOPEZ GARCIA**

**2013**

### SELECCIÓN DE ESTANDARES Y TAXONOMÍA

competencia	COMPETENCIA MOTRIZ				Lenguajes corporales	Competencia axiológica corporal
ENUNCIADO	1.Desarrollo motor	2.Técnicas del cuerpo	3 .Condición física	4. Lúdica motriz		
VERBO	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA	ESTÁNDARES DE COMPETENCIA
Identifico			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</li> <li>• Mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</li> <li>• Movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</li> <li>• Hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</li> <li>• Los cambios fisiológicos que se presentan entre</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</li> <li>• Cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El valor de la condición física y su importancia para mi salud.</li> </ul>

			actividad física- pauza- actividad física.			
<b>Controlo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>De forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</li> <li>Formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</li> </ul>					
<b>Relaciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</li> </ul>					
<b>Realizo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</li> </ul>				<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás arriba-abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</li> </ul>
<b>Aplico</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</li> </ul>				

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</li> <li>• Reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo.</li> </ul>				
<b>Cuido</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</li> </ul>				
<b>Propongo</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• La realización de juegos y actividades físicas que practico en mi comunidad.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Momentos de juego en el espacio escolar.</li> </ul>		
<b>Analizo</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.</li> </ul>		
<b>Acepto y pongo</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• En práctica las reglas de juego.</li> </ul>		
<b>Reconozco Y ejecuto</b>				<ul style="list-style-type: none"> <li>• A mis compañeros como co-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Danzas y prácticas lúdicas de</li> </ul>	



				constructores del juego	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>Decido</b>						• Mi tiempo de juego y actividad física.
<b>Valoro</b>						• Mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.
<b>Reflexiono</b>						• Sobre la importancia de la actividad física para mi salud.

## TAXONOMIA DE BLOOM

CONCEPTUALES SABER	PROCEDIMENTALES HACER	ACTITUDINALES SER
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados.</b></li> <li>• <b>Identifico mis capacidades Físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos.</b></li> <li>• <b>Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</b></li> <li>• <b>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</b></li> <li>• <b>Identifico los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa actividad física.</b></li> <li>• <b>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.</b></li> <li>• <b>Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</b></li> <li>• <b>Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos.</b></li> <li>• <b>Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</b></li> <li>• <b>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento.</b></li> <li>• <b>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda derecha, de forma individual y grupal.</b></li> <li>• <b>Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</b></li> <li>• <b>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</b></li> <li>• <b>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo.</b></li> <li>• <b>Aplico reglas sencillas en diferentes Prácticas deportivas individuales y de grupo.</b></li> <li>• <b>Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</b></li> <li>• <b>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</b></li> <li>• <b>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares.</b></li> <li>• <b>Decido mi tiempo de juego y actividad física.</b></li> <li>• <b>Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</b></li> <li>• <b>Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</b></li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación.</b></li><li>• <b>Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego</b></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Propongo momentos de juego en el espacio escolar.</li><li>• Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.</li></ul>	
---	--	--

## ESTÁNDARES POR GRADO Y PERÍODO

	PERIODO 1	PERIODO 2	PERIODO 3	PERIODO 4
GRADO: 4	<p>Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física.</p> <p>Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación</p> <p>Aplico técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo</p> <p>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento</p>	<p>Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.</p> <p>Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo</p> <p>Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.</p> <p>Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.</p>	<p>Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos</p> <p>Tomo el tiempo de juego como momento independiente de tareas escolares</p> <p>Propongo momentos de juego en el espacio escolar</p>	<p>Propongo la realización de juegos y actividades física que practico en mi comunidad</p> <p>Realizo secuencias de movimientos con música, aplicando los tres ejes del cuerpo: adelante atrás, arriba- abajo, izquierda-derecha, de forma individual y grupal</p> <p>Identifico cómo las emociones afectan mi cuerpo cuando estoy alegre, triste, deprimido, decaído u ofuscado.</p>
GRADO: 5	<p>Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.</p> <p>Identifico los cambios</p>	<p>Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales.</p> <p>Realizo actividad física actuando con respeto a mi cuerpo.</p>	<p>Aplico formas básicas de movimiento en la realización de diferentes prácticas deportivas.</p> <p>Cuido mi postura</p>	<p>Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.</p> <p>Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación</p>

	<p>fisiológicos que se presentan entre actividad física-pausa-actividad física.</p> <p>identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y Juegos</p> <p>Identifico el valor de la condición física y su importancia para mi salud</p>	<p>. Decido mi tiempo de juego y actividad física</p> <p>Controlo de forma global y segmentaria la realización de movimientos técnicos</p>	<p>en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas.</p> <p>Realizo posturas corporales propias de las técnicas de movimiento</p> <p>Controlo formas y duración de movimientos en rutinas rítmicas sencillas.</p>	<p>emocional en situaciones de juego y actividad física</p> <p>Reconozco movimientos que se ajusten al ritmo musical</p> <p>Reconozco y ejecuto danzas y prácticas lúdicas de tradición regional con lenguaje verbal y no verbal</p>
--	---	--	--	--

## CONTENIDOS Y TEMAS POR GRADO Y PERÍODO

GRADO Y PERIODO		TEMAS Y CONTENIDOS	CONCEPTUALES (SABER)	PROCEDIMENTALES (HACER)	ACTITUDINALES (SER)
4°	P1	Recreación y juegos	<p>Identifica el concepto de recreación que lo ayudan a desarrollar su motricidad.</p> <p>Reconoce la importancia del juego como medio para estimular el crecimiento y el aprendizaje formativo.</p>	<p>Práctica estrategias y actividades básicas de juego, propias de los deportes de cooperación.</p> <p>Desarrolla hábitos de dominio, compañerismo, modestia respeto por las reglas de juego.</p>	<p>Resalta la importancia de los diferentes deportes aplicando reglas de juego.</p> <p>Posibilita experiencias en juegos colectivos que favorezcan la colaboración y la toma de decisión personal.</p>
	P2	Gimnasia básica	<p>Identifica los segmentos corporales y su funcionalidad.</p> <p>Habilidad para crear movimientos rítmicos expresivos en manifestaciones gimnásticas.</p>	<p>Demuestra experiencias gimnásticas de grupo que permitan destacar la importancia de la colaboración.</p> <p>Experimentar destrezas gimnásticas individuales y en grupo</p>	<p>Se interesa por aumenta la competencia y habilidades motrices, teniendo en cuenta sus posibilidades limitaciones.</p> <p>Muestra responsabilidad individual, para la ejecución de un trabajo colectivo</p>
	P3	Juegos pre deportivos	<p>Importancia del juego como medio para estimular el crecimiento y el aprendizaje formativo.</p>	<p>.Utiliza el juego pre deportivo como elemento esencial en la formación de fundamentos</p>	<p>Valora la competencia deportiva como elemento para el desarrollo personal.</p>

				básicos de cada deporte.	
	<b>P4</b>	<b>Educación rítmica</b>	Comprende el papel que cumple la música en la comprensión del ritmo, la pre-danza y los bailes populares.	Aplica procedimientos de composición, improvisación, imitación, representación coreográfica creación.	Establece grupalmente una relación fraternal, comunicativa y creadora mediante actividades rítmicas y folclóricas
5°	<b>P1</b>	Esquemas sencillos de movimientos (simetría, lateralidad, simultaneidad)	Reconoce esquemas de movimientos.  Reconoce el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.	Ejecuta esquemas sencillos de movimiento en donde incluya precisión, simetría, lateralidad, simultaneidad.	Se interesa por aumentar la competencia y habilidades motrices, teniendo en cuenta sus posibilidades limitaciones.
	<b>P2</b>	gimnasia básica con elementos y sin elementos	Reconoce las actividades deportivas y artísticas como una forma de mejorar la calidad de vida.	Demuestra a través del deporte su expresión individual y grupal.  Aplica creativamente en la gimnasia, los juegos deportivos y el deporte	Muestra disciplina cuando participa en actividades físicas, recreativas y deportivas.  Valora la competencia deportiva como elemento para el desarrollo personal.
	<b>P3</b>	Juegos pre deportivos del mini voleibol, mini baloncesto y mini	Desarrolla capacidad de conceptualización nombrando	Practica los diferentes juegos pre deportivos aplicando reglas de	Desarrolla la capacidad afectiva respetando la opinión de sus compañeros en el desarrollo de las actividades propuestas

		futbol	los fundamentos básicos de algunos deportes como el mini fútbol, mini baloncesto y mini voleibol.	juego. Experimenta y crea múltiples juegos.	
<b>P4</b>	<b>Educación rítmica</b>		Comprende el papel que cumple la música en la comprensión del ritmo, la pre-danza y los bailes populares.	Aplica procedimientos de composición, improvisación, imitación, representación coreográfica creación.	Establece grupalmente una relación fraternal, comunicativa y creadora mediante actividades rítmicas y folclóricas



**CICLO: DOS (GRADOS 4-5)**

<b>GRADO 4°</b>		<b>GRADO 5°</b>			
<b>META: Al culminar el ciclo dos los estudiantes estarán en capacidad de practicar una actividad física adecuada conscientes de los cambios físicos que se presentan en el cuerpo.</b>					
<b>OBJETIVO ESPECÍFICO:</b> Controlar de forma global y segmentaria la realización de movimientos en situaciones de juegos o actividades físicas			<b>OBJETIVO ESPECIFICO:</b> identificar los cambios físicos que se presentan en el cuerpo a través de una práctica adecuada de la actividad física		
<b>Definición de las competencias generales o mega habilidades:</b>					
<b>MOTRIZ</b>					
<b>Desarrollo motor</b> <b>La educación de la motricidad favorece el contacto con los demás para la comunicación elemental o para emprender acciones conjuntas, donde las fuerzas personales, las habilidades y capacidades físicas, deben coordinarse, adecuarse y proyectarse en la búsqueda y alcance de objetivos propios de diferentes exigencias de la</b>	<b>Técnicas del cuerpo:</b> El concepto de técnicas del cuerpo se entiende como todo acto tradicional eficaz para el desenvolvimiento en la vida, determinado por las características de la cultura. Desde esta perspectiva, las técnicas del cuerpo no se limitan a los procedimientos calificados que conducen a la obtención de la destreza, sino que se incorporan a la vida cotidiana y a	<b>Condición física:</b> El estudiante es competente en la acción motriz cuando estructura su motricidad, desarrolla su condición física y utiliza técnicas del cuerpo y del movimiento en diversos contextos. Desde ellos se favorece el desarrollo de lo lúdico, la expresividad corporal y la axiología corporal, en su relación consigo mismo y con el mundo.	<b>Lúdica motriz</b>  Como componente de la competencia motriz se caracteriza por los aprendizajes alcanzados en el juego. Por ello, es necesario valorarla como fundamento de una educación para la vida, tanto individual como social. La lúdica permite al sujeto encontrarse consigo mismo y con el otro en circunstancias en que el placer por la actividad misma es lo esperado	<b>Expresiva Corporal</b>	<b>Lenguajes expresivos – corporales</b>
				La competencia expresiva corporal se entiende como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), y de mejorar la disponibilidad corporal y comunicativa mediante la expresión y la representación. Así pues, la expresión corporal se comprende como la	Los lenguajes corporales hacen posible la conservación y transmisión de las experiencias motrices, el desarrollo de la conciencia y la orientación de los propios movimientos (Meinel, 1977, p. 19). Por ello, el desarrollo de la competencia expresiva corporal busca que mediante el trabajo con su cuerpo, los sujetos aprendan a relacionar y

<p><b>vida. Esto ocurre tanto en el equipo deportivo como en las acciones de trabajo, la vida cotidiana, el ocio o la acción ante situaciones de riesgo y catástrofe. La capacidad de desarrollo de una cultura tiene como base el uso colectivo de las propias fuerzas de sus integrantes. A partir de su motricidad el ser humano estructura sus relaciones con el mundo, en procesos de adaptación, sobrevivencia, producción y como elemento generador de creatividad, de uso estético, deportivo, lúdico y recreativo. Son innumerables las invenciones de juegos, deportes,</b></p>	<p>la propia evolución de la persona en su aspecto lingüístico y cognitivo.</p>			<p>exteriorización y comunicación de emociones, sensaciones o ideas a través de actitudes y gestos que hacen posible la liberación de tensiones internas.</p>	<p>reconocer los movimientos espontáneos, así como apropiarse y usar las técnicas expresivas dentro de su proceso formativo. Todo movimiento humano tiene un propósito y su realización contiene un significado que es interpretado o comprendido por quien lo realiza o por los otros, de tal forma que se establecen códigos de comunicación e interacción que están presentes de manera permanente en las relaciones sociales. Se trata de buscar que los estudiantes, desde su reconocimiento personal, puedan descubrir las posibilidades de acercamiento a su corporeidad en las diferentes manifestaciones,</p>
---	---	--	--	---	--

<p><b>danzas o múltiples modalidades de expresión motriz, propias de cada cultura y cada sociedad en un momento histórico determinado.</b></p>					<p>así como comprender sus emociones, las formas de relacionarse consigo mismo y con los demás, a través de auténticos lazos de comunicación. La competencia expresiva en los lenguajes corporales está determinada por la precisión de la ejecución o formas de uso del cuerpo para enviar un mensaje y ser comprendido o interpretado por los otros, en la vida cotidiana y en el desarrollo de técnicas de expresión corporal</p>
--	--	--	--	--	--

<b>Nivel de desarrollo de las competencias generales, transversales o mega habilidades</b>					
N1 Menciona cuales son sus capacidades físicas y respeta su propio ritmo de trabajo	<b>N1</b> distingue diferentes técnicas de movimiento con el cuerpo y valora la importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos	<b>N1</b> muestra un buen desarrollo físico y motor de acuerdo a su edad valorando su propio cuerpo y el de los demás.	<b>N1</b> reconoce la importancia de las reglas en los juegos como un medio para contribuir a una sana convivencia	<b>N1</b> identifica diferentes mensajes que se transmiten con la expresión corporal	<b>N1</b> identifica diferentes ritmos musicales propios de su región que le permiten valorar su cultura y transmitir un mensaje
N2 comprueba cuáles son sus capacidades físicas respetando su propio ritmo de trabajo	<b>N2</b> describe diferentes técnicas de movimiento con el cuerpo y valora la importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos	<b>N2</b> demuestra un buen desarrollo físico y motor de acuerdo a su edad y valora su propio cuerpo y el de los demás.	<b>N2</b> explica la importancia de las reglas en los juegos como un medio para contribuir a una sana convivencia	<b>N2</b> argumenta el porqué el cuerpo transmite mensajes tipos de mensajes bien sean positivos o negativos	<b>N2</b> interpreta diferentes ritmos musicales propios de su región que le permiten valorar su cultura y transmitir un mensaje.
N3 aplica las capacidades físicas en el desarrollo de actividades físicas y respeta sus propio ritmo de trabajo.	<b>N3</b> emplea diferentes técnicas de movimiento con el cuerpo valorando la importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos	<b>N3</b> practica actividades física mostrando un buen desarrollo físico y motor valorando su esfuerzo y el de los demás	<b>N3</b> aprovecha las reglas en los juegos como un medio para contribuir a una sana convivencia.	<b>N3</b> explica la importancia de una adecuada expresión corporal como un medio de agradar a los demás	<b>N3</b> aprovecha diferentes ritmos musicales propios de su región como un medio para valorar su cultura y transmitir un mensaje
N4 diferencia las capacidades físicas en el desarrollo de actividades físicas y respetando su propio ritmo de trabajo.	<b>N4</b> analiza diferentes técnicas de movimiento con el cuerpo valorando la importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos	<b>N4</b> distingue diferentes actividades físicas, y la diferencia entre un buen y un mal desarrollo motor	<b>N4</b> diferencia diferentes reglas que se practican en los juegos y contribuye mediante la aplicación de las mismas a una sana convivencia	<b>N4</b> critica el porqué y él para que de una buena expresión corporal y como esta contribuye a mejorar las relaciones interpersonales	<b>N4</b> diferencia diferentes ritmos musicales propio de su región y los valora como medio de transmisión cultural
N5 compara las capacidades físicas en el desarrollo de actividades físicas y	<b>N5</b> explica diferentes técnicas de movimiento con el cuerpo y valora la	<b>N5</b> juzga entre un buen y mal desarrollo motor y la importancia de practicar diferentes	<b>N5</b> propone modificaciones de reglas a diferentes juegos buscando que	<b>N5</b> justifica la importancia de una adecuada expresión corporal como medio	<b>N5</b> justifica la importancia de los ritmos musicales tradicionales como un

respetando sus propio ritmo de trabajo.	importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos	actividades físicas.	contribuyan mas a una sana convivencia	de una sana relación interpersonal	medio de transmitir la cultura
<b>N6</b> Valora las capacidades físicas en el desarrollo de actividades físicas y respeta sus propio ritmo de trabajo.	<b>N6</b> sustenta la importancia de una buena técnica en la ejecución de movimientos técnicos.	<b>N6</b> selecciona diferentes actividades físicas de acuerdo a sus finalidades y valora la importancia de un buen desarrollo motor	<b>N6</b> valora la importancia de las reglas como un medio para contribuir a una sana convivencia.	<b>N6</b> valora la importancia de una buena expresión corporal como un medio que contribuya a mejorar las relaciones interpersonales	<b>N6</b> valora los diferentes ritmos musicales propios de su región como medio de transmisión cultural

## INDICADORES DE DESEMPEÑO POR GRADO Y PERÍODO

	Periodo uno	Periodo dos	Periodo tres	Periodo cuatro
<b>Grado 4°</b>	<p>Superior: en forma excepcional conoce y el objetivo diferentes juegos y actividades recreativas</p> <p>Alto: practica con profundidad diferentes juegos y actividades recreativas</p> <p>Básico: practica mínimamente diferentes juegos y actividades recreativas</p> <p>Bajo: práctica con dificultad diferentes juegos y actividades recreativas</p>	<p>Superior: en forma excepcional practica las diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica</p> <p>Alto: conoce con profundidad diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica.</p> <p>Básico: conoce mínimamente diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica.</p> <p>Bajo: conoce con dificultad diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica.</p>	<p>Superior: en forma excepcional practica movimientos, posturas y reglas propias de algunos juegos pre deportivos</p> <p>Alto: maneja con profundidad movimientos, posturas y reglas propias de algunos juegos pre deportivos.</p> <p>Básico: maneja mínimamente movimientos, posturas y reglas propias de algunos juegos pre deportivos</p> <p>Bajo: maneja con dificultad movimientos, posturas y reglas propias de algunos juegos pre deportivos</p>	<p>Superior: en forma excepcional lleva el ritmo a través de múltiples movimientos.</p> <p>Alto: maneja con profundidad el ritmo en sus movimientos.</p> <p>Básico: maneja mínimamente el ritmo en algunos movimientos.</p> <p>Bajo: maneja con dificultad el ritmo en algunos movimientos</p>
<b>Grado 5°</b>	<p>Superior: en forma excepcional conoce el</p>	<p>Superior: en forma excepcional ejecuta las diferentes formas y</p>	<p>Superior: en forma excepcional practica juegos</p>	<p>Superior: en forma excepcional ejecuta</p>

	<p>significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.</p> <p>Alto: conoce con profundidad el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.</p> <p>Básico: conoce mínimamente el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.</p> <p>Bajo: conoce con dificultad el significado de sus cambios corporales y muestra hábitos de cuidado personal.</p>	<p>posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica con elementos y sin elementos.</p> <p>Alto: conoce con profundidad diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica con elementos y sin elementos.</p> <p>Básico: conoce mínimamente diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica con elementos y sin elementos..</p> <p>Bajo: conoce con dificultad diferentes formas y posibilidades de movimiento propios de la gimnasia básica con elementos y sin elementos..</p>	<p>pre deportivos que son la base de los deportes de voleibol, baloncesto y futbol</p> <p>Alto: ejecuta con profundidad juegos pre deportivos que son la base de los deportes de voleibol, baloncesto y futbol</p> <p>Básico: ejecuta mínimamente algunos juegos pre deportivos que son la base de los deportes de voleibol, baloncesto y futbol</p> <p>Bajo: ejecuta con dificultad algunos juegos pre deportivos que son la base de los deportes de voleibol, baloncesto y futbol</p>	<p>movimientos propios de ritmos musicales propios de su región.</p> <p>Alto: maneja con profundidad movimientos propios de ritmos musicales propios de su región</p> <p>Básico: maneja mínimamente movimientos propios de ritmos musicales propios de su región.</p> <p>Bajo: maneja con dificultad movimientos propios de ritmos musicales propios de su región</p>
--	--	---	---	---

### **METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS INSTITUCIONALES:**

- El trabajo abierto: El trabajo que realiza el estudiante debe ser abierto (no el mismo para todos los alumnos, debe permitir la innovación y propuesta de éstos), para atender a la diversidad que se presenta en el aula de clase, de acuerdo con los necesidades, intereses y ritmos de aprendizaje de los estudiantes. En conclusión, el docente puede desarrollar la unidad didáctica, bien partiendo de preguntas problematizadoras o por proyectos de aula para cada eje conceptual. El trabajo en el aula debe ser más flexible que directivo.
- La motivación. Para que se de aprendizaje con sentido, se requiere que se parta de situaciones que provoquen el interés y mantengan la atención del educando, bien porque respondan a sus experiencias y necesidades, por su significado lúdico e imaginario o retador. También, en los casos posibles, se necesita garantizar aprendizajes funcionales, asegurando la utilización por parte del alumno cuando lo necesite, tanto en la aplicación práctica del conocimiento adquirido como en su utilización para llevar a cabo nuevos aprendizajes.
- El medio. Es un recurso que da coherencia a los conceptos y procedimientos trabajados en clase, ya que permiten que estos se inserten en el medio social en que vive cotidianamente el alumno y viceversa. No necesariamente se requiere del trabajo de campo ni la observación directa porque el medio en que habita el estudiante trasciende lo local, territorial y nacional para insertarse en un mundo globalizado a través de los medios de comunicación. En la práctica se asocia el estudio del medio con salidas pedagógicas pero no necesariamente se requiere de esto, simplemente consiste en relacionar la variable del medio con los trabajos escolares, si la información que se ha de aprender se articula o conecta con las variables del medio que rodea el estudiante, este proceso será más fácil.
- La creatividad. Esta variable supone una combinación, una asociación y una transformación de elementos conocidos para tener un resultado novedoso, pertinente y original que de buen resultado. Se trata por tanto de hacer nuevas combinaciones con elementos asociativos de ideas, materiales o conceptos ya conocidos pero cuya combinación nos da un resultado novedoso, original y alternativo.
- El mapa conceptual. Es un recurso que sirve para introducir un tema, desarrollarlo y evaluarlo. El mapa conceptual da claridad a la presentación de los temas, los jerarquiza, permite la interrelación entre los conceptos y el aprendizaje de lo esencial. Además de éste, existen otras herramientas útiles para los propósitos aquí expuestos como: mapas mentales, mentefactos, la V heurística, entre otras.
- La adaptación curricular. Lo primero que debemos de tener claro es de la diversidad de nuestros estudiantes, debemos educar en la heterogeneidad. Aquí nos encontramos con tres casos: los alumnos con dificultades académicas, con necesidades educativas especiales y muy avanzados; en los tres casos debemos hacer adaptaciones curriculares para



garantizar la inclusión, evitar las altas tasas de reprobación y disminuir las potenciales situaciones de indisciplina.

### **METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DEL ÁREA**

El área de educación física se orienta a desarrollar las capacidades y habilidades instrumentales que perfeccionan y aumentan las posibilidades de movimiento de los alumnos/as, a profundizar en el conocimiento de la conducta motriz como organización significativa del comportamiento humano y asumir actitudes, valores y normas con referencia al cuerpo y a la conducta motriz. La enseñanza en esta área implica tanto mejorar las posibilidades de acción de los alumnos, como propiciar la reflexión sobre la finalidad, sentido y efectos de la acción misma.

La educación a través del cuerpo y el movimiento no puede reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica además aspectos expresivos, comunicativos, afectivos y cognoscitivos. el cuerpo y el movimiento se constituyen en ejes básicos de la acción educativa en esta área.

la enseñanza de la educación física ha de promover y facilitar que cada alumno y alumna llegue a comprender su propio cuerpo y sus posibilidades y a conocer y dominar un número variado de actividades corporales y deportivas de modo que, en el futuro, pueda escoger las más convenientes para su desarrollo personal, ayudándole a adquirir los conocimientos, destrezas, actitudes y hábitos que le permitan mejorar las condiciones de vida y salud, así como disfrutar y valorar las posibilidades del movimiento como medio de enriquecimiento y disfrute personal, y de relación con los demás.

la educación por el movimiento ha de plantearse como un proceso en el que, mediante una exploración de las propias posibilidades corporales, se activan mecanismos cognitivos y motores.

el enfoque metodológico de la educación física en la etapa de primaria tiene un carácter fundamentalmente lúdico. Teniendo en cuenta todo lo anterior se puede plantear que una adecuada metodología para esta área se puede hacer a través del método inductivo deductivo el cual consiste en se guía al niño dándole una serie de elementos para que el a través de la práctica logre adquirir los conocimientos lo cual en educación física es viable dado que es una asignatura básicamente práctica y que permite ser muy lúdicos

## EVALUACIÓN

CRITERIOS	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<p>La evaluación en el área de Educación Física, Recreación y Deporte; se realizará bajo tres aspectos:</p> <p>Diagnóstica: Al realizar la conducta de entrada para determinar deficiencias o grado de eficiencia de los estudiantes en temas varios; así se logra determinar las necesidades del área.</p> <p>Formativa: Cuando el alumno se siente estimulado, interesado, orientado, busca solucionar sus dificultades de movimiento, procura auto dominarse, manejar bien sus recursos y practicar buenas relaciones humanas.</p> <p>Sumativa: Cuando se determina el estado de rendimiento o</p>	<p>P1: Tareas presentadas y luego sustentadas en las fechas indicadas.</p> <p>P1: Trabajos entregados y hechos en clase.</p> <p>P2: Exámenes escritos y orales de lo que se trabaja en clase</p> <p>P2: Trabajo físico sobre los temas que se trabajan en la unidad</p> <p>P3: Exposiciones grupales e individuales presentadas en clase</p> <p>P3: Presentación de cuaderno con cada uno de los temas.</p>	<p>Al iniciar el periodo de harán actividades que permitan determinar los saberes previos de los estudiantes con respecto un teme determinado, hecho esto se podrá iniciar el nuevo proceso en el cual los estudiantes podrán obtener y mejorar los conocimientos sobre el tema.</p> <p>Al evaluar se analizaran las actitudes de los estudiantes durante el trabajo individual y grupal, tendrá mayor validez el interés, esfuerzo y empeño que muestre el estudiante por realizar el ejercicio o actividad mas que si lo hace de manera excelente pero con una mala actitud</p> <p>con el fin de emitir un concepto final se tendrán en cuenta todos los aspectos evaluados, análisis y observaciones hechas durante el periodo además se permitirá al estudiante hacer una auto evaluación que lo lleve a repensarse para el periodo o año siguiente</p>	<p>En cada clase se evaluara la actitud que demuestre el estudiante para realizar las diferentes actividades.</p> <p>El uniforme será revisado en cada clase como un criterio para tener en cuenta en el aspecto de disponibilidad para el trabajo.</p> <p>Por periodo se asignaran dos tareas para ser realizadas en la casa.</p> <p>Dos trabajos grupales, una auto evaluación y una coevaluacion, además una evaluacion tipo icfes de los contenidos trabajados en el periodo y en la cual se hara enfais en la comprensión lectora.</p>

<p>aprendizaje del alumno con mediciones, distancias, tiempos, repeticiones.</p> <p>Para el proceso de evaluación por períodos se tiene muy en cuenta el alcance de los logros del área, además cada estudiante debe hacerse una autoevaluación.</p>	<p>P4: Presentación del uniforme</p> <p>P4: Trabajo practico en cada una de las clases. Una evaluación por periodo tipo saber .</p>		
--	---	--	--

## PLANES DE APOYO POR GRADO Y PERIODO

	GRADO CUARTO				GRADO QUINTO			
	P 1	P2	P3	P4	P1	P2	P3	P4
<b>Planes de apoyo para recuperación</b>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p> <p>talleres prácticos de clase</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su que hacer.</p> <p>Trabajos en el aula con ayuda de un compañero que domine el tema</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su que hacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p> <p>Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>
<b>Planes de apoyo para nivelación</b>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Estar mas pendiente de su que hacer</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su que hacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase.</p> <p>Trabajos en el aula</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Estar mas pendiente de su que</p>	<p>Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su que hacer.</p> <p>Trabajos de consulta.</p>	<p>Realización de actividades extracurriculares.</p> <p>Trabajos en equipos colaborativos</p>

	Taller de investigación	en el aula.	Evaluar las actividades que mas le gusten al estudiante  Trabajos en equipos colaborativos			hacer en el aula.	Evaluar las actividades que mas le gusten al estudiante  Trabajos en equipos colaborativos	
<b>Planes de apoyo para profundización</b>	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  monitor del área.  Liderar grupos de trabajo.	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Ser monitor del área.  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo  Liderar grupos de trabajo	Realización de actividades extracurriculares.  Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.  Liderar grupos de trabajo

**SECRETARIA DE EDUCACION DEL GUAVIARE  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS  
COMPONENTE FORMACION HUMANA**

**ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES**

**CICLO 3 (GRADOS 6° - 7°)**

**DISEÑADO POR:  
MAGISTER MARINO DE JESUS LOPEZ GARCIA**

**2013**

## SELECCIÓN DE ESTANDARES Y TAXONOMÍA

VERBO	COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
<b>Relaciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos</li> <li>• la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria).</li> </ul>	
<b>Controlo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• el movimiento en diversos espacios, al desplazarme y manipular objetos</li> </ul>		
<b>Realizo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas</li> </ul>		
<b>Comprendo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</li> <li>• Los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.</li> <li>• Los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas</li> <li>• y practico la relación entre actividad física y recuperación en la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</li> <li>• la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego</li> </ul>

	<p>realización de los ejercicios físicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La importancia de las reglas para el desarrollo del juego</li> </ul>		
<b>Perfecciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posturas corporales propias de las técnicas de movimiento</li> </ul>		
<b>Combino</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.</li> <li>• Técnicas de tensión-relajación y control corporal.</li> </ul>		
<b>Identifico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.</li> </ul>		
<b>Practico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas</li> </ul>		
<b>Interpreto</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de juego y propongo diversas soluciones.</li> </ul>		
<b>Contribuyo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• a la conformación equitativa de los grupos de juego.</li> </ul>		
<b>Organizo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos para desarrollar en la clase.</li> </ul>		
<b>Soy</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• y ejecuto danzas y prácticas</li> </ul>	



<b>Comparo</b>		lúdicas de tradición regional.	
<b>Ajusto</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música</li> </ul>	
<b>Participo</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías.</li> </ul>	
<b>Aplico</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.</li> </ul>
<b>Procuro</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana</li> </ul>

**TAXONOMIA DE BLOOM** (Clasificación de los estándares)

CONCEPTUALES SABER	PROCEDIMENTALES HACER	ACTITUDINALES SER
<p>RELACIONO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos</li> <li>• la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.</li> <li>• mis emociones con estados fisiológicos de mi cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardíaca y respiratoria).</li> </ul>	<p>PERFECCIONO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• posturas Corporales propias de las técnicas de movimiento</li> </ul>	<p>CONTRIBUYO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• a la conformación equitativa de los grupos de juego.</li> </ul>
<p>COMPRENDO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.</li> <li>• Comprendo los conceptos de las pruebas que miden mi capacidad física y hago aplicación de ellas.</li> <li>• los conceptos de las capacidades físicas, al participar en actividades propias de cada una de ellas</li> <li>• la importancia de las reglas para el desarrollo del juego</li> <li>• diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física</li> </ul>	<p>COMBINO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• diferentes movimientos técnicos en la realización de prácticas deportivas.</li> <li>• técnicas de tensión-relajación y control corporal</li> </ul>	<p>SOY</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.</li> </ul>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>la importancia de mi tiempo para la actividad física y el juego</li> </ul>		
<p>COMPRENDO Y PRACTICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos.</li> </ul>	<p>PRACTICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>elementos de actividades físicas alternativas o contemporáneas</li> </ul>	<p>PROCURO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>cuidar mi postura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana</li> </ul>
<p>IDENTIFICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas.</li> </ul>	<p>ORGANIZO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>juegos para desarrollar en la clase.</li> </ul>	
<p>INTERPRETO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>situaciones de juego y propongo diversas soluciones.</li> </ul>	<p>COMPARO Y EJECUTO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>danzas y prácticas lúdicas de tradición regional.</li> </ul>	
	<p>AJUSTO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música</li> </ul>	
	<p>PARTICIPO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>en bailes folclóricos y modernos, siguiendo pasos o coreografías.</li> </ul>	
	<p>APLICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>las variables: tipo de ejercicio, duración, intensidad frecuencia, indicaciones y contraindicaciones en la práctica del ejercicio físico.</li> </ul>	

## CONTENIDOS Y TEMAS POR GRADO

GRADO Y PERIODO		CONTENIDOS Y TEMAS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
6º	P1	<p><b>Capacidades motrices:</b></p> <p>Desarrolla la Resistencia, velocidad</p> <p>Desarrollo de la coordinación y equilibrio</p> <p>Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.</p>	<p><b>Identificación</b> de elementos teóricos y prácticos de la gimnasia y sus cualidades físicas.</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Clasificación y práctica</b> de las diferentes ramas de la gimnasia.</p>	<p><b>Diseño</b> de esquemas corporales (coreografías) con o sin elementos gimnásticos.</p> <p><b>Aplicación</b> de los principios y elementos aprendidos para desarrollar las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de gimnasia.</p>	<p><b>Reconoce</b> los beneficios de la gimnasia y el desarrollo de las cualidades físicas para la salud del individuo.</p> <p><b>Participa y valora</b> las actividades propuestas para la unidad.</p> <p><b>Aplica</b> de una actitud positiva en la práctica de la gimnasia.</p>
	P2	<p><b>Actividades deportivas, recreativas de aplicación a las habilidades y destrezas</b></p> <p>Desarrolla actividades recreativas</p> <p>Generalidades e Historia de las actividades recreativas.</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Conocimiento</b> de Las Reglas, y los fundamentos técnico deportivos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> de Actividades de competencias lúdicas y recreativas</p>	<p><b>Identificación</b> de la historia y la importancia de las actividades lúdico recreativas.</p> <p><b>Desarrollo</b> de actividades para mejorar su condición física aplicada a la vida.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del juego</p> <p><b>Utilización</b> la práctica de las actividades recreativas como medio de integración social.</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 recreativos trabajados en clase.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas de los juegos recreativos.</p>

		Desarrollo de las habilidades y destrezas y las actividades lúdicas			
<b>P3</b>	<b>Deportes básicos Baloncesto y voleibol</b>	<p>Acondicionamiento Físico</p> <p>Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol</p> <p>formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del baloncesto y el voleibol</p> <p><b>Desarrollo</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del baloncesto y el voleibol</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos aplicados al juego</p> <p><b>Participación</b> de las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del juego.</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas de los deportes básicos.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto</p>
<b>P4</b>	<b>Deportes básicos voleibol y el futbol de salón</b>	<p>Acondicionamiento Físico y</p> <p>formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol y el futbol de salón</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Conocimiento</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos</p> <p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo de los juegos recreativos.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas de los deportes.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto</p>

		Fundamentos técnicos del fútbol de salón y el voleibol.	y el fútbol de salón	física para aplicarlas a los deportes.	
7°	P1	<p><b>Capacidades motrices</b></p> <p>Desarrolla la Resistencia, velocidad</p> <p>Desarrollo de la coordinación y equilibrio</p> <p>Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad.</p>	<p><b>Identificación</b> de elementos teóricos y prácticos de la gimnasia y las cualidades físicas.</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Clasificación y practica</b> de las diferentes ramas de la gimnasia</p>	<p><b>Diseño</b> de esquemas corporales (coreografías) con o sin elementos gimnásticos.</p> <p><b>Aplicación</b> de los principios o elementos aprendidos para desarrollar las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de gimnasia.</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 deportivos trabajados en clase.</p> <p><b>Respeto</b> las reglas de los juegos deportivos.</p>
	P2	<p><b>Actividades deportivas, recreativas.</b></p> <p>Desarrolla actividades recreativas</p> <p>Generalidades e Historia de las actividades recreativas.</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Conocimiento</b> de Las Reglas, y los fundamentos técnico deportivos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> De las actividades lúdicas y recreativas</p>	<p><b>Identificación</b> de la historia y la importancia de la recreación.</p> <p><b>Desarrollo</b> de las actividades para mejorar su condición física aplicada a la vida.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas de los juegos recreativos</p> <p><b>Utiliza</b> la práctica de las actividades recreativas como</p>	<p><b>Desarrolla</b> ejercicios 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> durante el desarrollo del juego los fundamentos trabajados en clase.</p> <p><b>Respeto</b> las reglas de los juegos deportivos.</p>

		Desarrollo de las habilidades y destrezas		medio de integración social.	
<b>P3</b>	<b>Deportes básicos</b> Acondicionamiento Físico Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol Formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.	<b>Conocimiento</b> de las generalidades del baloncesto y voleibol <b>Aprende</b> la Historia y objetivos del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol <b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del baloncesto y el voleibol	<b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos <b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad. <b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas del juego. <b>Mejoramiento</b> de su condición física para aplicarlas a los deportes.	<b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva en clase. <b>Respeta</b> las reglas de los deportes. <b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto	
<b>P4</b>	<b>Deportes básicos</b> Acondicionamiento Físico y Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol. formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol y el futbol de salón	<b>Aplicación</b> de los elementos teóricos del voleibol y el futbol de salón aplicando las capacidades físicas <b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas al desarrollo del juego <b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas trabajadas en el juego del baloncesto.	<b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad. <b>Reconoce y aplica</b> las reglas básicas del juego. <b>Mejora</b> su condición física y las aplica a los deportes.	<b>Respeta</b> las reglas de los deportes de conjunto. <b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto	

**CICLO: TRES (GRADOS 6-7)**

GRADO 6°			GRADO 7°			
<p><b>META:</b> Al terminar el ciclo 3 (6-7) los estudiantes de la Institución Educativa, estarán en la capacidad de:                      Demostrar la asimilación de movimientos coordinativos, los conceptos de la educación física y como esta aporta en su desarrollo corporal para tener un desarrollo integral de su cuerpo.</p>						
<p><b>Objetivo específico:</b> Mejorar las capacidades físicas mediante actividades deportivas socialmente reconocidas, las nuevas tendencias y el aprovechamiento del tiempo libre para el desarrollo integral del individuo.</p>			<p><b>Objetivo específico:</b> Desarrollar las capacidades físicas, el manejo de los fundamentos técnicos de los deportes socialmente trabajados, reglamento básico mediante practicas que conlleven a una mejor formación integral del ser humano</p>			
<p><b>Definición de las competencias generales o mega habilidades:</b></p>						
<p><b>Axiológica</b></p> <p>Reconoce que es un ser con valores a través de las relaciones que establece con los demás que lo llevan a ser un buen ser social.</p>	<p><b>Autonomía</b></p> <p>Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en situaciones y contextos para la solución de problemas.</p>	<p><b>Relaciones Intra e inter personales</b></p>	<p><b>Relación con la trascendencia</b></p> <p>Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia</p>	<p><b>Pensamiento crítico reflexivo</b></p> <p>Analiza de forma crítica reflexiva las distintas situaciones que se presentan en los contextos en los cuales se desenvuelve.</p>	<p><b>Creatividad</b></p> <p>Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos, capacidades y aprendizajes para transformar su entorno, de manera responsable.</p>	<p><b>Sociales y ciudadanas</b></p> <p>Establece y pone en práctica aquellas competencias ciudadanas que le permiten interactuar con los demás</p>
<p><b>Nivel de desarrollo de las competencias generales, transversales o mega habilidades</b></p>						
N1:determinar ,	N1 asociar , la	N1:determinar la	N1:explicar la	N1Narra las	N1Identifica los	N1 Elige



la importancia de los valores en la nuestra vida para la vida	importancia de saber tomar una buena decisión en la actividad física	importancia del deporte para lograr la integración en la sociedad	importancia que tiene reconocerse como ser individual	diferentes situaciones problema presentadas en su	elementos teóricos que le permiten	acciones que le permiten una sana convivencia.
<b>N2:</b> distinguir cuales los son los valores que nos ayuda a socializarnos con el entorno	<b>N2</b> comprovar cuando realizamos actividad física de forma responsable	<b>N2:</b> emplear estrategias de desarrollo en la relaciones con el otro	<b>N2:</b> diferenciar de forma autónoma si individualidad	<b>N2</b> Justifica las causas generadoras de los conflictos de su alrededor.	<b>N2</b> Define conceptos de acuerdo a sus capacidades y habilidades que le ayuden a transformar su entorno de manera responsable.	<b>N2</b> Valora sus comportamientos en busca de la convivencia armónica con sus pares.
<b>N3:</b> determinar por qué hay que tomar cultivar los valores desde el hogar	<b>N3</b> : explicar que consecuencias tiene no realizar calentamiento antes de hacer deporte	<b>N3:</b> encontrar en el deporte métodos adecuados para lograr la integración con el compañero	<b>N3:</b> relacionar su individualidad y reconocerla en el otro	<b>N3</b> Planea posibles soluciones de acuerdo a los recursos que posee.	<b>N3</b> Jerarquiza las capacidades que posee las cuales le ayudan a mejorar su entorno	<b>N3</b> Reorganiza sus acciones pensando en sí mismo, sus pares y su entorno.
<b>N4:</b> identificar los valores desde el deporte	<b>N4:</b> argumentar porque debemos porque se debe calentar	<b>N4:</b> practicar el deporte como medio de integración personal	<b>N4:</b> Genera espacios de convivencia individual y social que	<b>N4</b> Explica las estrategias que conllevan a las alternativas de solución	<b>N4</b> Ejemplifica experiencias que se presentan en su entorno y de	<b>N4</b> Modifica las acciones que le dificultan la sana convivencia.

			ayuden a mejorar la convivencia		qué manera las puede cambiar para mejorarlo	
<b>N5</b> explicar la importancia de los valores	<b>N5</b> : narrar diferentes experiencias sobre los deportes de conjunto	<b>N5</b> :producir buenas relaciones sociales a través del deporte	<b>N5</b> Narra experiencias que se vivan en el entorno escolar tanto en la convivencia individual y social.	<b>N5</b> Diseña actividades que posibilitan espacios de reflexión.	<b>N5</b> Crea situaciones de aprendizaje que lo llevan a transformar diferentes espacios de su entorno.	<b>N5</b> Proyecta sus acciones para la convivencia armónica con sus pares y el entorno.
<b>N6</b> :nombrar cada uno de los valores creas importante para tu vida	<b>N6</b> : definir la actividad física	<b>N6</b> :explicar cómo se desarrollan las relaciones personales en el deporte	<b>N6</b> Resolver situaciones de convivencia individual y social que se presenten en su entorno escolar, familiar y la comunidad	<b>N6</b> Evalúa los procesos desarrollados.	<b>N6</b> Verifica que sus acciones individuales deben ser responsables para lograr una sana convivencia.	<b>N6</b> Formula comportamientos para la vida armónica entre pares y con el entorno.

## INDICADORES DE DESEMPEÑO POR GRADO Y PERÍODO

	PERIODO UNO	PERIODO DOS	PERIODO TRES	PERIODO CUATRO
<b>GRADO 6°</b>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en el desarrollo de la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Básico:</b> Diferencia mínimamente como debe desarrollar las capacidades de la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta desarrollar las capacidades de Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla su coordinación y su equilibrio</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad como el desarrollo de la coordinación y el equilibrio mejoran su</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad, que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente, que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta Reconocer que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las generalidades e Historia de las actividades recreativas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.</p> <p><b>Alto:</b> Desarrolla con profundidad las generalidades e Historia de</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico el cual cumple un papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Alto:</b> reconoce Con profundidad que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio para su</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico el cual cumple un papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Alto:</b> reconoce Con profundidad que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de</p>

	<p>calidad de vida  <b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el desarrollo de la coordinación y el equilibrio como medios para mejorar su calidad de vida  <b>Bajo:</b> Se le dificulta Reconocer como el desarrollo de la coordinación y el equilibrio sirven como medios para mejorar su calidad de vida  <b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la fuerza y la flexibilidad.  <b>Alto:</b> Con profundidad reconoce el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad como medios para mejorar su calidad de vida.  <b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad como medios para mejorar su calidad de vida.  <b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer como el</p>	<p>las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.  <b>Básico:</b> Acepta mínimamente las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.  <b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud  <b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las habilidades y destrezas.  <b>Alto:</b> con profundidad desarrolla sus habilidades y destrezas.  <b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el desarrollo de las habilidades y destrezas como medio para la conservación de su salud  <b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer sus habilidades y destrezas y utilizarlas como</p>	<p>desarrollo personal y físico.  <b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio su desarrollo personal y físico  <b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio su desarrollo personal y físico.  <b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto y las reconoce como esenciales en el aprendizaje de los deportes.  <b>Alto:</b> Con profundidad reconoce las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.  <b>Básico:</b> Mínimamente reconoce las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.  <b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.</p>	<p>salón  <b>Alto:</b> Con profundidad conoce <i>las</i> formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón  <b>Básico:</b> Aplica mínimamente <i>las</i> formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón en clase  <b>Bajo:</b> Se le dificulta emplear <i>las</i> formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón  <b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en clase.  <b>Alto:</b> Con profundidad desarrolla los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en clase.  <b>Básico:</b> Mínimamente reconoce los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en</p>
--	--	--	---	---

	desarrollo de la fuerza y la flexibilidad sirve como medios para mejorar su calidad de vida.	medio para la conservación de su salud		clase. <b>Bajo:</b> Se le dificulta el desarrollo de los Fundamentos técnicos del fútbol de salón y el voleibol y aplicarlos para mejorar su desempeño en clase.
<b>GRADO 7°</b>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en el desarrollo de la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Básico:</b> Diferencia mínimamente como debe desarrollar las capacidades de la Resistencia y la velocidad.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta desarrollar las capacidades de Resistencia y la velocidad</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla su coordinación y equilibrio</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad como el</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las actividades recreativas.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad, que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente, que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta Reconocer que las actividades recreativas son importantes para su formación educativa.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico cumple un papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Alto:</b> reconoce Con profundidad que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer que el Acondicionamiento Físico cumple papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos técnicos del</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico y los fundamentos técnicos del voleibol y el baloncesto</p> <p><b>Alto:</b> reconoce con profundidad el Acondicionamiento Físico y los fundamentos técnicos del voleibol y el baloncesto</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce los Acondicionamiento Físicos y los fundamentos técnicos del voleibol y el baloncesto</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer el Acondicionamiento Físico y los fundamentos técnicos del voleibol y el baloncesto</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla La planilla de juego y las reglas del voleibol y el fútbol de</p>

	<p>desarrollo de la coordinación y el equilibrio mejoran su calidad de vida</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el desarrollo de la coordinación y el equilibrio como medios para mejorar su calidad de vida</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta Reconocer como el desarrollo de la coordinación y el equilibrio sirven como medios para mejorar su calidad de vida.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla su flexibilidad y la fuerza</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce que el desarrollo de la fuerza y la flexibilidad sirven como medios para mejorar su calidad de vida.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente que la fuerza y la flexibilidad le sirven como medios para mejorar su calidad</p>	<p>para su salud.</p> <p><b>Alto:</b> Desarrolla con profundidad las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.</p> <p><b>Básico:</b> Acepta mínimamente las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer las generalidades e Historia de las actividades recreativas y lúdicas porque las reconoce como actividades importantes para su salud.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla sus habilidades y destrezas</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad desarrolla sus habilidades y destrezas y las utiliza como medio para mejorar su salud</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente desarrolla sus habilidades y destrezas y las utiliza como</p>	<p>baloncesto y el voleibol</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio para su desarrollo personal y físico.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio su desarrollo personal y físico.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los Fundamentos técnicos del baloncesto y el voleibol como medio su desarrollo personal y físico.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto y las reconoce como esenciales en el aprendizaje de los deportes.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto</p>	<p>salón</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad conoce <i>las</i> formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Básico:</b> Aplica mínimamente las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta emplear las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad desarrolla los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y los aplica para mejorar su desempeño en</p>
--	--	---	--	---

	<p>de vida.  <b>Bajo:</b> Desarrolla con dificultad la fuerza y la flexibilidad para utilizarlas como medio para mejorar su calidad de vida.</p>	<p>medio para mejorar su salud.  <b>Bajo:</b> Con dificultad desarrolla sus habilidades y destrezas y las utiliza como medio para mejorar su salud.</p>	<p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol y el baloncesto</p>	<p>clase.  <b>Bajo:</b> Se le dificulta el desarrollo de los Fundamentos técnicos del futbol de salón y el voleibol y aplicarlos para mejorar su desempeño en clase.</p>
--	--	---	--	--

## **METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS:**

La ficha de seguimiento individual al programa de apoyo, es el compendio del seguimiento y acompañamiento que hace el docente a las actividades de apoyo que desarrolla el estudiante para evidenciar la superación de debilidades académicas en su proceso de formación o para potencializar sus desempeños superiores o para mostrar avances, progresos en lo académico, desarrollo social y personal, mejoría en las habilidades de socialización para aquellos con NEE. Se registra después de la realización de la actividad de apoyo, por cada uno de los docentes responsables de las áreas que requieren apoyo de acuerdo a los resultados obtenidos en el proceso. Las fichas estarán a cargo de cada director de grupo, éste deberá responder por cada una de ellas y entregarlas a la coordinación académica una vez finalizado el año lectivo.

- El trabajo abierto.
- La motivación teniendo en cuenta sus gustos y preferencias.
- La creatividad de acuerdo a su capacidad.
- El trabajo individual como en equipo.

Para desarrollar los contenidos de la asignatura en el área de educación física se buscara que el alumno sea un participante activo – meta cognitivo, motivacional y conductualmente de los procesos cognitivos y de formación, con la responsable orientación del docente buscando el desarrollo de habilidades como reconocer, identificar mediante actividades tales como:

- Talleres y ejercicios
- Exposiciones
- Capacidad para realizar ejercicios en forma continua y a ritmo sostenido
- Habilidad para obtener su frecuencia respiratoria y el pulso cardiaco 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 calentamiento o de preparación para la realización de una actividad de mayor exigencia



## EVALUACIÓN

CRITERIO	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<p>La evaluación del área de Educación física, debe ser un proceso permanente, continuo a través del cual se obtiene información para valorar el proceso de aprendizaje del estudiante, que permita reconocer los avances y limitaciones en el proceso individual de los mismos, debe ser cualitativa apuntando a los Indicadores de desempeño que abarque los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales que lleven tanto al estudiante como al docente a reflexionar sobre el trabajo realizado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Actividades jugadas por grupos e individuales.</li> <li>• Actividades en conos individuales.</li> <li>• Talleres teóricos individuales.</li> <li>• Juegos predeportivos por equipos.</li> <li>• Exposiciones teóricas por parejas.</li> <li>• Juegos lúdicos y recreativos</li> <li>• Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reúnen en equipos de trabajo para desarrollar los juegos predeportivos del fútbol de salón, el baloncesto, el voleibol, el balón mano</li> <li>• Desarrollar actividades motrices individuales y grupales</li> <li>• desarrollar capacidades y cualidades físicas condicionales y las habilidades motrices básicas</li> <li>• Por equipos realizar una investigación y hacer exposiciones teóricas y prácticas sobre los deportes básicos, el cuerpo humano.</li> <li>• Trabajo de los fundamentos técnicos de los deportes básicos individual y colectivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una evaluación mensual del trabajo teórico realizado en clase durante el periodo</li> <li>• Una consulta por periodo</li> <li>• Una exposición en el segundo periodo</li> <li>• En cada clase se trabajarán los fundamentos técnicos, y se desarrollarán habilidades motrices básicas, fundamentos técnicos y tácticos de cada deporte.</li> </ul>

## PLANES DE APOYO POR GRADO Y PERIODO

GRADOS	PERIODOS	PLANES DE APOYO PARA RECUPERACIÓN	PLANES DE APOYO PARA NIVELACIÓN	PLANES DE APOYO PARA PROFUNDIZACIÓN
6°	P1	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales o escritas.</li> <li>❖ Realización de pruebas físicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P2	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Asignación de talleres específicos de estudio,</li> <li>❖ Exposición del tema</li> <li>❖ Evaluación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P3	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> </ul>
	P4	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Orientaciones para el estudio independiente (fijar metas, buscar y utilizar recursos, evaluar progresos).</li> </ul>

7°	<b>P1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales y escritas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	<b>P2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Asignación de temas específicos de estudio, retroalimentación y evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Colaborar con los estudiantes que evidencian un ritmo de aprendizaje más lento.</li> <li>❖ Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</li> </ul>
	<b>P3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Desarrollar actividades deportivas, donde el estudiante participe de forma activa</li> </ul>
	<b>P4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Que el estudiante organice torneos deportivos a nivel grupal, desarrollando el toda la estadística que este arroje.</li> </ul>

**SECRETARIA DE EDUCACION DEL GUAVIARE  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS  
COMPONENTE FORMACION HUMANA**

**ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES**

**CICLO 4 (GRADOS 8º - 9º)**

**DISEÑADO POR:  
MAGISTER MARINO DE JESUS LOPEZ GARCIA**

**2013**

## SELECCIÓN DE ESTANDARES Y TAXONOMÍA

VERBO	COMPETENCIA MOTRIZ	COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
<b>Reconozco</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>que el movimiento incide en mi desarrollo</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.</li> <li>mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.</li> <li>el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.</li> </ul>
<b>Selecciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>movimientos de desplazamiento y manipulación.</li> <li>Modalidades gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.</li> <li>Técnicas de tensión y relajación de control corporal.</li> <li>Actividades para mi tiempo de ocio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>actividades físicas para la conservación de mi salud.</li> </ul>
<b>Combino</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>la respiración y la relajación</li> </ul>		

<b>Controlo</b>	en situaciones de actividad física		
<b>Cuido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos</li> </ul>		
<b>Domino</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.</li> </ul>		
<b>Comprendo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</li> <li>• las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.</li> <li>• la importancia de la actividad física para una vida saludable.</li> <li>• Las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</li> </ul>		
<b>Ejercito</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad</li> </ul>		
<b>Relaciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• los resultados de pruebas físicas de años anteriores, Con el fin de mejorarlas.</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• métodos para el desarrollo</li> </ul>		

<b>Identifico</b>	de cada una de mis capacidades físicas y los aplico		
<b>Aplico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.</li> </ul>		
<b>Decido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego</li> </ul>		
<b>Apropio</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>las reglas de juego y las modifico, si es necesario</li> </ul>		
<b>Establezco</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego</li> </ul>		
<b>Participo</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas.</li> </ul>	
<b>Propongo</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música</li> </ul>	
<b>Realizo</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías</li> </ul>	
<b>Logro</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.</li> </ul>	
<b>Me preocupo</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>por la formación de hábitos de postura e higiene corporal</li> </ul>

**TAXONOMIA DE BLOOM** (Clasificación de los estándares)

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p><b>RECONOZCO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• que el movimiento incide en mi desarrollo.</li> <li>• el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de mi formación.</li> <li>• mis potencialidades Para realizar actividad física orientada hacia mi salud.</li> <li>• el estado de mi condición física, interpretando los resultados de pruebas específicas para ello.</li> </ul>	<p><b>SELECCIONO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• movimientos de desplazamiento y manipulación.</li> <li>• Modalidades Gimnásticas para la realización de esquemas de movimiento.</li> <li>• Técnicas de tensión y relajación de control corporal.</li> <li>• Actividades para mi tiempo de libre.</li> <li>• técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones, en situaciones de juego y actividad física</li> <li>• actividades físicas para la conservación de mi salud.</li> </ul>	<p><b>CUIDO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mi postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.</li> </ul>
<p><b>COMPRENDO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto.</li> <li>• las razones Biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.</li> </ul>	<p><b>COMBINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimientos con uso de elementos, al oír una melodía musical.</li> </ul>	<p><b>DECIDO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.</li> </ul>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• la importancia de la actividad física para una vida saludable.</li> <li>• Las características del juego y las pongo en práctica para su realización.</li> </ul>		
<b>RELACIONO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• los resultados de pruebas físicas de años anteriores, con el fin de mejorarlas.</li> </ul>	<b>CONTROLO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.</li> </ul>	<b>APROPIO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• las reglas de juego y las modifico, si es necesario.</li> </ul>
<b>IDENTIFICO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico.</li> </ul>	<b>DOMINO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.</li> </ul>	<b>ESTABLEZCO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.</li> </ul>
	<b>EJERCITO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.</li> </ul>	<b>ME PREOCUPO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• por la formación de hábitos de postura e higiene corporal</li> </ul>
	<b>APLICO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización De actividades físicas.</li> </ul>	
	<b>PARTICIPO</b>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• en la ejecución y organización de muestras De danzas regionales colombianas.</li> </ul>	
	<p>PROPONGO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• secuencias de movimiento con mis compañeros, que se ajusten a la música</li> </ul>	
	<p>REALIZO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• danzas teniendo en cuenta el uso de coreografías y planimetrías</li> </ul>	
	<p>LOGRO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• manejar los estados de ansiedad, usando Técnicas de respiración y relajación.</li> </ul>	

## CONTENIDOS Y TEMAS POR GRADO Y PERIODO

GRADO Y PERIODO		CONTENIDOS Y TEMAS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
8º	P1	<p><b>Capacidades y cualidades motrices básicas:</b></p> <p>Elementos teóricos de las cualidades físicas</p> <p>Acondicionamiento Físico.</p> <p>Desarrollo de ejercicios y actividades sobre las cualidades físicas.</p>	<p><b>Identificación</b> de elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas.</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia de desarrollar de las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Diseño</b> de esquemas (pruebas) aplicados a las cualidades físicas.</p>	<p><b>Aplicación</b> de los principios y elementos aprendidos para desarrollar las cualidades o Condiciones físicas.</p> <p><b>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de capacidades físicas</p> <p><b>Participación</b> responsable en pruebas físicas, como trabajo para desarrollar en clase.</p>	<p><b>Reconoce</b> los beneficios y desarrollo que traen las cualidades físicas para la salud del individuo.</p> <p><b>Participa y valora</b> las actividades propuestas en la unidad.</p> <p><b>manifiesta</b> una actitud positiva en la práctica de los juegos predeportivos</p>
	P2	<p><b>Recreación</b></p> <p>Juegos predeportivos</p> <p>Reglas de los deportes</p> <p>Desarrollo de las capacidades físicas aplicadas a los deportes</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Conocimiento</b> de Las Reglas, y los fundamentos técnico deportivos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> de Actividades de competencias lúdicas y recreativas</p>	<p><b>Identificación</b> de la historia y la importancia de las actividades lúdico recreativas.</p> <p><b>Desarrollo</b> de actividades para mejorar su condición física aplicada a la vida.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del juego</p> <p><b>Utiliza</b> la práctica de las</p>	<p><b>Desarrolla</b> del 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 recreativos trabajados en clase.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas de los juegos deportivos.</p>

				actividades recreativas como medio de integración social.	
<b>P3</b>	<p><b>Fundamentos Técnicos y tácticos del juego del voleibol</b></p> <p>Desarrollo del acondicionamiento 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><b>Conocimiento</b> de las generalidades del voleibol</p> <p><b>Desarrollo</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos aplicados al voleibol</p> <p><b>Participación</b> de las actividades propuestas en el desarrollo de las clases.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas del voleibol</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> por las reglas del voleibol.</p> <p><b>Demuestra</b> de su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol.</p>	
<b>P4</b>	<p><b>Fundamentos técnicos y tácticos al juego del fútbol de salón.</b></p> <p>Acondicionamiento Físico</p> <p>formas básicas de la planilla de juego y reglas del futbol de salón</p> <p>Fundamentos técnicos del futbol de salón</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del futbol de salón</p> <p><b>Conocimiento</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del futbol de salón</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del futbol de salón</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos</p> <p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del futbol de salón.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física para aplicarlas al futbol de salón</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> por las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del futbol de salón</p>	

9°	P1	<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>Diseño</b> de pruebas aplicadas a las cualidades físicas y a las CMB</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>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de cualidades y capacidades motrices básicas</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>
	P2	<p><b>Fundamentos técnicos de la recreación.</b></p> <p>Elementos teóricos y prácticos de los deportes</p> <p>Juegos predeportivos</p> <p>Acondicionamiento físico general</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Conocimiento</b> de Las Reglas, y los fundamentos técnico deportivos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> De las actividades lúdicas y recreativas</p>	<p><b>Identificación</b> de la historia y la importancia de la recreación.</p> <p><b>Desarrollo</b> de las actividades para mejorar su condición física aplicada a la vida.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas de los juegos recreativos</p> <p><b>Utiliza</b> la práctica de las actividades recreativas como medio de integración social.</p>	<p><b>Desarrolla</b> ejercicios 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> durante el desarrollo del juego los fundamentos trabajados en clase.</p> <p><b>Respeta</b> las reglas de los juegos pre deportivo.</p>
	P3	<p><b>práctica del voleibol</b></p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del voleibol</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos del voleibol</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva en clase.</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><b>Aprende</b> la Historia y objetivos del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol</p>	<p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas del voleibol.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física para aplicarlas a los deportes.</p>	<p><b>Respeto</b> las reglas del voleibol.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del voleibol.</p>
<b>P4</b>	<p><b>Práctica del fútbol de salón.</b></p> <p>Fundamentos técnicos y tácticos</p> <p>Acondicionamiento Físico</p> <p>formas básicas de la planilla de juego y reglas del futbol de salón</p>	<p><b>Aplicación</b> de los elementos teóricos del futbol de salón aplicando las capacidades físicas</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas al desarrollo del juego</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas trabajadas en el futbol de salón.</p>	<p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> las reglas básicas del juego.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física y la aplica a los deportes básicos.</p>	<p><b>Respeto</b> las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Demuestra</b> de su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto</p>

**CICLO: CUATRO (GRADOS 8º - 9º)**

GRADO 8º				GRADO 9º		
<p><b>META:</b> Al terminar el ciclo 4 (8-9) los estudiantes de la Institución Educativa, estarán en la capacidad de: Demostrar la asimilación de los fundamentos técnico - deportivos de los diferentes deportes y la recreación, Para así tener un desarrollo integral de su cuerpo, y podrán también reconocer las reglas básicas de los deportes de conjunto (fútbol, baloncesto, voleibol y fútbol de salón).</p>						
<p><b>Objetivo específico:</b> Propiciar en el estudiante el sentido de cuidado y respeto por su cuerpo y así tener un buen desarrollo físico y mental</p>				<p><b>Objetivo específico:</b> Desarrollar las capacidades físicas, el manejo de los fundamentos técnicos de los deportes socialmente trabajados, reglamento básico mediante practicas que conlleven a una mejor formación integral del ser humano</p>		
<p><b>Definición de las competencias generales o mega habilidades:</b></p>						
<p><b>Autonomía</b> Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos para la solución de problemas.</p>	<p><b>Axiológica</b> Reconoce que es un ser con valores a través de las relaciones que establece con los demás que lo llevan a ser un buen ser social.</p>	<p><b>Relaciones Intra e inter personales</b></p>	<p><b>Relación con la trascendencia</b> Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia</p>	<p><b>Pensamiento crítico reflexivo</b> Analiza de forma crítica reflexivo las distintas situaciones que se presentan en los contextos en los cuales se desenvuelve.</p>	<p><b>Creatividad</b> Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos, capacidades y aprendizajes para transformar su entorno, de manera responsable.</p>	<p><b>Sociales y ciudadanas</b> Establece y pone en práctica aquellas competencias ciudadanas que le permiten interactuar con los demás</p>
<p><b>Nivel de desarrollo de las competencias generales, transversales o mega habilidades</b></p>						
<p><b>N1</b> describe las actividades que mejoran su condición física.</p>	<p><b>N1</b> Fija normas claras de convivencia</p>	<p><b>N1</b> Define la importancia del juego en su desarrollo personal.</p>	<p><b>N1</b> Identifica su entorno para mejorarlo.</p>	<p><b>N1</b> Identifica oportunidades que le da la practica deportiva para superarse</p>	<p><b>N1</b> Describe con agrado actividades que favorecen la sana</p>	<p><b>N1</b> Enumera actividades jugadas en las que interactúen</p>

					convivencia	hombres y mujeres
<b>N2</b> distingue los aspectos de la educación física que influyen en su salud mental.	<b>N2</b> Explica la importancia de la disciplina aplicada al diario vivir.	<b>N2</b> Extrae conclusiones sobre su práctica deportiva y sus beneficios.	<b>N2</b> Relaciona lo aprendido con su práctica deportiva.	<b>N2</b> Distingue el deporte que mas beneficios le da.	<b>N2</b> Explica la manera como a través del juego se integra con los demás	<b>N2</b> Explica la importancia de la educación física en su desarrollo social.
<b>N3</b> descubre los beneficios de una buena práctica deportiva.	<b>N3</b> Aplica lo aprendido en la clase para mejorar su entorno.	<b>N3</b> Resuelve conflictos a través del juego.	<b>N3</b> Usa sus conocimientos para el beneficio propio y el de los demás	<b>N3</b> Descubre en que deporte puede sobresalir.	<b>N3</b> Resuelve por la vía del dialogo las diferencias con los compañeros.	<b>N3</b> Ejemplifica situaciones en las que el juego lo hace mas sociable.
<b>N4</b> Combina ejercicios que mejoran su condición física y su salud mental.	<b>N4</b> Proyecta respeto por las diferencias de los compañeros.	<b>N4</b> Planifica actividades que lo integran con el grupo.	<b>N4</b> Crea grupos de trabajo para compartir sus conocimientos.	<b>N4</b> Diseña un Proyecto de vida basado en actividad física y deporte.	<b>N4</b> Planifica actividades físicas y recreativas integradoras.	<b>N4</b> Crea ambientes de juego y lúdica para mejorar la convivencia.
<b>N5</b> Planifica actividades para desarrollar en su tiempo libre.	<b>N5</b> Crea ambientes de armonía dentro del grupo.	<b>N5</b> Diseña rutinas de ejercicios para afianzar la personalidad.	<b>N5</b> Proyecta sus conocimientos en beneficios de los demás	<b>N5</b> Combina la práctica deportiva con un excelente rendimiento académico.	<b>N5</b> Organiza equipos de trabajo para desarrollar actividades deportivas.	<b>N5</b> Combina actividades físicas y recreativas en las que participen hombres y mujeres.



<b>N6</b> Aprecia el trabajo de los compañeros y se preocupa por aportarle al grupo.	<b>N6</b> Planifica actividades que mejoran la convivencia dentro del grupo.	<b>N6</b> Crítica de forma constructiva la Falta de compromiso con las actividades de la clase.	<b>N6</b> Aprecia la importancia de vivir para servir al prójimo	<b>N6</b> Compara las fortalezas que trae la práctica deportiva para su vida	<b>N6</b> Fundamenta normas deportivas aplicables a la convivencia	<b>N6</b> Justifica la igualdad de todos los seres humanos.
--	--	---	--	--	--	---

## INDICADORES DE DESEMPEÑO POR GRADO Y PERÍODO

	PERIODO UNO	PERIODO DOS	PERIODO TRES	PERIODO CUATRO
<b>GRADO 8°</b>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Alto:</b> estudia con profundidad los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad que el Acondicionamiento Físico como medio importante</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla juegos predeportivos, como actividad para el desarrollo de los deportes</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los juegos predeportivos, como principal actividad para el desarrollo de los deportes básicos</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los juegos predeportivos, como principal actividad para el desarrollo de los deportes básicos</p> <p><b>Bajo:</b> Reconoce con dificultad los juegos predeportivos, como principal actividad para el desarrollo de los deportes básicos.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las reglas de los deportes básicos para un buen desempeño</p> <p><b>Alto:</b> Conoce con</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico del voleibol y reconoce que este cumplen papel importante en su desempeño deportivo en clase</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad que el Acondicionamiento Físico del voleibol cumple papel importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente que el Acondicionamiento Físico del voleibol cumple papel importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Reconoce con dificultad que el Acondicionamiento Físico del voleibol cumple papel importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la planilla de juego y las reglas del voleibol</p> <p><b>Alto:</b> Identifica con</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico del futbol de salón para mejorar su desempeño en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad el Acondicionamiento Físico del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Utiliza mínimamente el Acondicionamiento Físico del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta utilizar de manera óptima los Acondicionamiento Físico del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad la planilla de juego y las reglas del futbol</p>

	<p>para su desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla ejercicios y actividades que le ayudan a mejorar sus cualidades físicas.</p> <p><b>Alto:</b> Desarrolla con profundidad ejercicios y actividades sobre las cualidades físicas y las aplica para su óptimo desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente que los ejercicios y actividades sobre las cualidades físicas son esenciales para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta</p>	<p>profundidad las reglas de los deportes básicos para su buen desarrollo</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente profundidad las reglas de los deportes básicos para su buen desarrollo</p> <p><b>Bajo:</b> Reconoce con dificultad las reglas de los deportes básicos para su buen desarrollo</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las capacidades físicas de los deportes y las aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad desarrollo las capacidades físicas aplicadas a los deportes y las utiliza para lograr un óptimo desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente desarrolla las capacidades físicas aplicadas a los deportes y las utiliza para lograr un buen desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> se le dificulta desarrollar las capacidades físicas aplicadas a los deportes y utilizarlas en</p>	<p>profundidad las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del el voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente identifica las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del el voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Asocia con dificultad las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos técnicos del voleibol y los aplica en clase</p> <p><b>Alto:</b> Desarrolla con profundidad los Fundamentos técnicos del voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Desarrolla mínimamente profundidad los Fundamentos técnicos del voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad desarrolla los Fundamentos técnicos del voleibol y los aplica en clase.</p>	<p>de salón para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Emplea mínimamente la planilla de juego y las reglas del futbol de salón para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta utilizar la planilla de juego y las reglas del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los fundamentos técnicos del futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad desarrolla Fundamentos técnicos del futbol de salón y los aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce los fundamentos técnicos del futbol de salón y los aplica en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> se le dificulta reconocer los fundamentos técnicos del futbol de salón para aplicarlos en clase.</p>
--	--	---	---	--

	desarrollar ejercicios y actividades sobre las cualidades físicas.	clase.		
<b>GRADO 9°</b>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Alto:</b> estudia con profundidad los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los elementos teóricos y prácticos de las cualidades físicas</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad que el Acondicionamiento Físico como medio importante</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los elementos teóricos y prácticos de los deportes y los aplica en su desempeño en clase</p> <p><b>Alto:</b> Aplica con profundidad los elementos teóricos y prácticos de los deportes y los aplica en su desempeño diario</p> <p><b>Básico:</b> Identifica mínimamente los elementos teóricos y prácticos de los deportes y los aplica en su desempeño diario</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad identifica los elementos teóricos y prácticos de los deportes y los aplica en su desempeño diario</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los fundamentos técnicos de los deportes básicos y los desarrolla en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico y reconoce que los Fundamentos técnicos del voleibol cumplen papel importante en su desempeño deportivo en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad que el Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol cumplen papel importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente que el Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol cumplen papel importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Reconoce con dificultad que el Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol cumplen papel importante para su desempeño en clase.</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento Físico y Fundamentos técnicos del futbol de salón para su desempeño en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad el Acondicionamiento Físico y Fundamentos técnicos del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Utiliza mínimamente el Acondicionamiento Físico y Fundamentos técnicos del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta utilizar de manera óptima los Acondicionamiento Físico y Fundamentos técnicos del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del</p>

	<p>para su desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer el Acondicionamiento Físico como medio importante para su desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las Capacidades coordinativas y las aplica en el desarrollo de la clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad que las Capacidades coordinativas le sirven para el desarrollo de la salud.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente las Capacidades coordinativas y las aplica en el desarrollo de la clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta desarrollar las capacidades coordinativas y aplicarlas en el desarrollo de la clase.</p>	<p>profundidad los fundamentos técnicos de los deportes básicos y los desarrollo en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los fundamentos técnicos de los deportes básicos y los desarrollo en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Reconoce con dificultad los fundamentos técnicos de los deportes básicos y los desarrollo en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el Acondicionamiento físico general para aplicarlos en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce el acondicionamiento físico general como medio para la conservación de la salud.</p> <p><b>Básico:</b> Desarrolla mínimamente el Acondicionamiento físico general y lo utiliza para la conservación de la salud</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad desarrolla el Acondicionamiento físico</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol</p> <p><b>Alto:</b> Identifica con profundidad las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente identifica las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Asocia con dificultad las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en la aplicación de las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente aplica las formas básicas de la planilla de juego y las reglas</p>	<p>futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad la planilla de juego y las reglas del futbol de salón para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Básico:</b> Emplea mínimamente la planilla de juego y las reglas del futbol de salón para su buen desempeño en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta utilizar la planilla de juego y las reglas del futbol de salón para su buen desempeño en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla que las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en la aplicación de las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente aplica las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del futbol de salón</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta aplicar las formas básicas de la planilla de juego y las reglas</p>
--	--	--	---	--

		general y lo utiliza para la conservación de la salud	del voleibol en clase. <b>Bajo:</b> Mínimamente aplica las formas básicas de la planilla de juego y las reglas del voleibol en clase.	del futbol de salón
--	--	---	--	---------------------

## **METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS:**

La ficha de seguimiento individual al programa de apoyo, es el compendio del seguimiento y acompañamiento que hace el docente a las actividades de apoyo que desarrolla el estudiante para evidenciar la superación de debilidades académicas en su proceso de formación o para potencializar sus desempeños superiores o para mostrar avances, progresos en lo académico, desarrollo social y personal, mejoría en las habilidades de socialización para aquellos con NEE. Se registra después de la realización de la actividad de apoyo, por cada uno de los docentes responsables de las áreas que requieren apoyo de acuerdo a los resultados obtenidos en el proceso. Las fichas estarán a cargo de cada director de grupo, éste deberá responder por cada una de ellas y entregarlas a la coordinación académica una vez finalizado el año lectivo.

- El trabajo abierto.
- La motivación teniendo en cuenta sus gustos y preferencias.
- La creatividad de acuerdo a su capacidad.
- El trabajo individual como en equipo.

Para desarrollar los contenidos de la asignatura en el área de educación física se buscara que el alumno sea un participante activo – meta cognitivo, motivacional y conductualmente de los procesos cognitivos y de formación, con la responsable orientación del docente buscando el desarrollo de habilidades como reconocer, identificar mediante actividades tales como:

- Talleres y ejercicios
- Exposiciones
- Capacidad para realizar ejercicios en forma continua y a ritmo sostenido
- Habilidad para obtener su frecuencia respiratoria y el pulso cardiaco 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 calentamiento o de preparación para la realización de una actividad de mayor exigencia

## EVALUACIÓN

CRITERIO	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<p>La evaluación del área de Educación física, debe ser un proceso permanente, continuo a través del cual se obtiene información para valorar el proceso de aprendizaje del estudiante, que permita reconocer los avances y limitaciones en el proceso individual de los mismos, debe ser cualitativa apuntando a los Indicadores de desempeño que abarque los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales que lleven tanto al estudiante como al docente a reflexionar sobre el trabajo realizado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Actividades jugadas por grupos e individuales.</li> <li>• Actividades en conos individuales.</li> <li>• Talleres teóricos individuales.</li> <li>• Juegos predeportivos por equipos.</li> <li>• Exposiciones teóricas por parejas.</li> <li>• Juegos lúdicos y recreativos</li> <li>• Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se reúnen en equipos de trabajo para desarrollar los juegos predeportivos del fútbol de salón, el baloncesto, el voleibol, el balón mano</li> <li>• Desarrollar actividades motrices individuales y grupales</li> <li>• desarrollar capacidades y cualidades físicas condicionales y las habilidades motrices básicas</li> <li>• Por equipos realizar una investigación y hacer exposiciones teóricas y prácticas sobre los deportes básicos, el cuerpo humano.</li> <li>• Trabajo de los fundamentos técnicos de los deportes básicos individual y colectivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una evaluación mensual del trabajo teórico realizado en clase durante el periodo</li> <li>• Una consulta por periodo</li> <li>• Una exposición en el segundo periodo</li> <li>• En cada clase se trabajarán los fundamentos técnicos, y se desarrollarán habilidades motrices básicas, fundamentos técnicos y tácticos de cada deporte.</li> </ul>



## PLANES DE APOYO POR GRADO Y PERIODO

GRADOS	PERIODOS	PLANES DE APOYO PARA RECUPERACIÓN	PLANES DE APOYO PARA NIVELACIÓN	PLANES DE APOYO PARA PROFUNDIZACIÓN
8°	P1	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales o escritas.</li> <li>❖ Realización de pruebas físicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P2	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Asignación de talleres específicos de estudio,</li> <li>❖ Exposición del tema</li> <li>❖ Evaluación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P3	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> </ul>
	P4	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Orientaciones para el estudio independiente (fijar metas, buscar y utilizar recursos, evaluar progresos).</li> <li>❖</li> </ul>

9°	<b>P1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales y escritas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	<b>P2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Asignación de temas específicos de estudio, retroalimentación y evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Colaborar con los estudiantes que evidencian un ritmo de aprendizaje más lento.</li> <li>❖ Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</li> </ul>
	<b>P3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Desarrollar actividades deportivas, donde el estudiante participe de forma activa</li> </ul>
	<b>P4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar participación la del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Que el estudiante organice torneos deportivos a nivel grupal, desarrollando el toda la estadística que este arroje.</li> </ul>

**SECRETARIA DE EDUCACION DEL GUAVIARE  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOSE OBRERO**

**PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS  
FORMACION HUMANA**

**ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES  
CICLO 5 (GRADOS 10º- 11º)**

**DISEÑADO POR:  
MAGISTER MARINO DE JESUS LOPEZ GARCIA**

**2013**

## SELECCIÓN DE ESTANDARES Y TAXONOMÍA

VERBO	1. COMPETENCIA MOTRIZ	2. COMPETENCIA EXPRESIVA CORPORAL	3. COMPETENCIA AXIOLÓGICA CORPORAL
<b>Selecciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física</li> </ul>		
<b>Ejecuto</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos</li> </ul>		
<b>Diseño</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>y realizo esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</li> </ul>		
<b>Utilizo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.</li> </ul>		
<b>Aplico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</li> <li>en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludable</li> <li>a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas</li> <li>mis conocimientos sobre la relación actividad</li> </ul>		

	física pausa - Actividad física, en mi plan de condición física.		
<b>Perfecciono</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas y motrices.</li> </ul>		
<b>Presento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Composiciones gimnásticas, aplicando técnicas De sus diferentes modalidades.</li> </ul>		
<b>Domino</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas y tácticas de prácticas Deportivas.</li> </ul>		
<b>Realizo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales</li> </ul>	
<b>Planifico</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi Ficha de evaluación.</li> </ul>		
<b>Elaboro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos Y metodológicos.</li> <li>Estrategias para hacer más eficiente el juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>un montaje que combine danza- representación, determinando coreografía y planimetría.</li> </ul>	

<b>Decido</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sobre los procedimientos y actividades de calentamiento Y recuperación y los aplico.</li> </ul>		
<b>Participo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo.</li> </ul>		
<b>Conformo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos</li> </ul>		
<b>Valoro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa Importante.</li> </ul>		
<b>Asumo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el Momento de juego.</li> </ul>		
<b>Oriento</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis Compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</li> </ul>	
<b>Uso</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas de expresión Corporal y relajación para controlar y expresar mis emociones.</li> </ul>	

<b>Organizo</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• mi plan de actividad Física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</li> </ul>
<b>Concientizo</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• a mis compañeros Del buen uso del tiempo libre y el juego.</li> </ul>
<b>Defino</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• con precisión y autonomía mi proyecto Personal de actividad física, salud y calidad de vida.</li> </ul>
<b>Comprendo</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi practica</li> </ul>
<b>Cultivo</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>• hábitos de higiene postural, recogiendo y Trasladando objeto.</li> </ul>

**TAXONOMIA DE BLOOM** (Clasificación de los estándares)

<b>CONCEPTUALES SABER</b>	<b>PROCEDIMENTALES HACER</b>	<b>ACTITUDINALES SER</b>
<p><b>PLANIFICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>el mejoramiento de mi condición física a partir de La actualización de mi ficha de evaluación.</li> </ul>	<p><b>SELECCIONO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física</li> </ul>	<p><b>DECIDO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico.</li> </ul>
<p><b>ORGANIZO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>mi plan de actividad Física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.</li> </ul>	<p><b>EJECUTO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Con calidad secuencias de movimiento con elementos y obstáculos</li> </ul>	<p><b>CONFORMO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>equipos de juego para participaren diversos eventos y contextos</li> </ul>
<p><b>DEFINO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, Salud y calidad de vida.</li> </ul>	<p><b>DISEÑO Y REALIZO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>esquemas De movimiento atendiendo a la precisión de una poyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</li> </ul>	<p><b>VALORO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa importante.</li> </ul>
<p><b>COMPRENDO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>la relación entre salud y actividad física y desde ella realizo mi practica</li> </ul>	<p><b>UTILIZO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>técnicas respiratorias y de relajación en la actividad física.</li> </ul>	<p><b>CONCIENTIZO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a mis compañeros Del buen uso del tiempo libre y el juego.</li> </ul>
	<p><b>APLICO</b></p> <p>técnicas de movimiento para mejorar mi postura corporal.</p>	



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludable</li> <li>• a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas</li> <li>• mis conocimientos sobre la relación actividad física pausa-Actividad física, en mi plan de condición física.</li> </ul>	
	<p>PERFECCIONO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la calidad de ejecución de formas técnicas en diferentes prácticas deportivas Y motrices.</li> </ul>	Cultivo hábitos de higiene Postural, recogiendo y trasladando objeto.
	<p>PRESENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• composiciones Gimnásticas, aplicando técnicas De sus diferentes modalidades.</li> </ul>	
	<p>DOMINO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas y tácticas de prácticas deportivas.</li> </ul>	
	<p>REALIZO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• actividades físicas alternativas siguiendo parámetros técnicos, físicos , de seguridad y ecológicos</li> <li>• coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales</li> </ul>	

	<p>ELABORO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mi plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos.</li> <li>• estrategias para hacer más eficiente el juego.</li> <li>• un montaje que combine danza-representación, determinando coreografía y planimetría</li> </ul>	
	<p>PARTICIPO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• en la organización de los juegos de la institución, estableciendo acuerdos para su desarrollo</li> </ul>	
	<p>ORIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física.</li> </ul>	
	<p>USO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas de expresión corporal y relajación para Controlar y expresar mis emociones.</li> </ul>	

### CONTENIDOS Y TEMAS POR GRADO

GRADO Y PERIODO	CONTENIDOS Y TEMAS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES	
10°	<b>P1</b>	<p><b>Deporte del baloncesto</b> Fundamentos técnico tácticos</p> <p>Acondicionamiento físico del baloncesto</p> <p>Generalidades básicas y reglas, del baloncesto</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del baloncesto</p> <p><b>Aprende</b> la Historia y objetivos del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del baloncesto</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos aplicados al deporte del baloncesto</p> <p><b>Participación</b> de las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo del juego.</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> por las reglas del baloncesto</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos del baloncesto.</p>
	<b>P2</b>	<p><b>Desarrollo de habilidades gimnásticas</b></p> <p>Desarrollo de las capacidades físicas de la gimnasia</p> <p>Historia de la gimnasia</p> <p>Generalidades básicas de la gimnasia.</p>	<p><b>Identificación</b> de elementos teóricos y prácticos de la gimnasia y sus cualidades físicas.</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Clasificación y práctica</b> de las diferentes ramas de la gimnasia.</p>	<p><b>Diseño</b> de esquemas corporales (coreografías) con o sin elementos gimnásticos.</p> <p><b>Aplicación</b> de los principios y elementos aprendidos para desarrollar las cualidades y condiciones físicas.</p> <p><b>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de gimnasia.</p>	<p><b>Reconoce</b> los beneficios de la gimnasia y del desarrollo de las cualidades físicas para la salud del individuo.</p> <p><b>Participa y valoran</b> las actividades propuestas para la unidad.</p> <p><b>Se apropia</b> de una actitud positiva en la práctica de la gimnasia.</p>

	<p><b>P3 fundamentos básicos, juego recreativo</b> Conceptos, y generalidades básicas de la recreación.</p> <p>Los conceptos, y generalidades básicas de la recreación y los Trabaja en clase.</p> <p>Historia de la recreación</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas</p> <p><b>Conocimiento</b> de los elementos recreativos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> de Actividades de competencias lúdicas y recreativas</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos</p> <p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas y desarrollo de los juegos recreativos.</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física para aplicarlas a los deportes.</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por realizar las actividades recreativas propuestas en clase.</p> <p><b>Respeta</b> por las reglas del juego recreativo</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los juegos tradicionales de la calle</p>
	<p><b>P4 Desarrollo de los deportes de futbol de salón, voleibol.</b></p> <p>Fundamentos técnicos futbol de salón, voleibol.</p> <p>Desarrollo de las capacidades físicas futbol de salón, voleibol.</p> <p>Fundamentos tácticos del futbol de salón, voleibol.</p>	<p><b>Conocimiento</b> de las generalidades del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Conocimiento</b> del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del voleibol y el futbol de salón</p>	<p><b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas del voleibol y el futbol de salón</p> <p><b>Mejoramiento</b> de su condición física para aplicarlas a los deportes del voleibol y el futbol de salón.</p>	<p><b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva.</p> <p><b>Respeta</b> por las reglas de los deportes del voleibol y el futbol de salón.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes del voleibol y el futbol de salón.</p>

11°	<b>P1</b>	<b>baloncesto</b>  Fundamentos técnico tácticos  Generalidades básicas y reglas  Acondicionamiento físico	<b>Conocimiento</b> de las generalidades del baloncesto  <b>Aprende</b> la Historia y objetivos del Acondicionamiento Físico y los Fundamentos técnicos del baloncesto  <b>Desarrollo</b> de las formas básicas de la planilla de juego, las reglas del baloncesto	<b>Diseño</b> de esquemas corporales (coreografías) con o sin elementos gimnásticos.  <b>Aplicación</b> de los principios o elementos aprendidos para desarrollar las cualidades y condiciones físicas.  <b>Conocimiento</b> de los diferentes tipos de gimnasia.	<b>Desarrolla</b> trabajo en equipo con sus compañeros de clase.  <b>Aplica</b> lo trabajado en clase en su quehacer diario  <b>Aplica</b> los fundamentos deportivos trabajados en clase.  <b>Respeta</b> las reglas de los juegos deportivos.
	<b>P2</b>	<b>desarrollo de las habilidades gimnásticas</b>  habilidades básicas  Historia de la gimnasia  Reglas de la gimnasia	<b>Identificación</b> de elementos teóricos y prácticos de la gimnasia y sus cualidades físicas.  <b>Desarrollo</b> de revistas gimnásticas en la clase  <b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas.  <b>Clasificación y práctica</b> de las diferentes ramas de la gimnasia.	<b>Identificación</b> de la historia y la importancia de la recreación.  <b>Desarrollo</b> de las actividades para mejorar su condición física aplicada a la vida.  <b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas de los juegos recreativos  <b>Utiliza</b> la práctica de las actividades recreativas como medio de integración social.	<b>Desarrolla</b> ejercicios en equipo con sus compañeros de clase.  <b>Aplica</b> lo trabajado en 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 deportivos.
	<b>P3</b>	<b>fundamentos básicos, recreativo</b>  conceptos básicos	<b>Conocimiento</b> de las generalidades y la Historia de las actividades recreativas y lúdicas	<b>Desarrollo</b> de juegos predeportivos  <b>Participación</b> en las	<b>Demuestra</b> interés por la práctica deportiva en clase.  <b>Respeta</b> las reglas de los

	<p>de la recreación</p> <p>generalidades de la recreación</p> <p>historia de la recreación</p>	<p><b>Conocimiento</b> de los elementos recreativos.</p> <p><b>Organización y Desarrollo</b> de Actividades de competencias lúdicas y recreativas</p>	<p>actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas del juego.</p> <p><b>Desarrollo</b> de proyectos gimnásticos a nivel institucional</p>	<p>deportes.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto</p>
<b>P4</b>	<p><b>desarrollo del deporte del futbol de salón</b></p> <p>Fundamentos técnicos del futbol de salón</p> <p>Fundamentos tácticos Del futbol de salón</p> <p>Generalidades y reglas básicas del futbol de salón</p>	<p><b>Aplicación</b> de los elementos teóricos del voleibol y el futbol de salón aplicando las capacidades físicas</p> <p><b>Reconocimiento y aplicación</b> de las reglas básicas al desarrollo del juego</p> <p><b>Comprensión</b> de la importancia del desarrollo de las cualidades y condiciones físicas trabajadas en el juego del futbol de salón</p>	<p><b>Participación</b> en las actividades propuestas en el desarrollo de la unidad.</p> <p><b>Reconoce y aplica</b> las reglas básicas del juego.</p> <p><b>Mejora</b> su condición física y las aplica a los deportes.</p>	<p><b>Respeta</b> las reglas de los deportes de conjunto.</p> <p><b>Demuestra</b> su capacidad para ejecutar los fundamentos técnicos de los deportes de conjunto</p>

**CICLO: CINCO (GRADOS 10-11)**

<b>GRADO 10°</b>				<b>GRADO 11°</b>		
<b>META:</b> Al terminar el ciclo 5 (10 -11) los estudiantes de la Institución Educativa, estarán en la capacidad de: Diseñar proyectos de actividad física, realizar revistas gimnásticas, recreativas y deportivas para ponerlas al servicio de la comunidad educativa.						
<b>Objetivo específico:</b> poseer autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de su salud física y mental.				<b>Objetivo específico:</b> Planificar y desarrollar de manera concertada proyectos lúdicos deportivos y recreativos en mi ambiente institucional y comunitario.		
<b>Definición de las competencias generales o mega habilidades:</b>						
<b>Axiológica</b> Reconoce que es un ser con valores a través de las relaciones que establece con los demás que lo llevan a ser un buen ser social.	<b>Autonomía</b> Reconoce la importancia de tomar buenas decisiones en diferentes situaciones y contextos para la solución de problemas.	<b>Relaciones Intra e inter personales</b>	<b>Relación con la trascendencia</b> Se reconoce como un ser individual y social, que respeta las diferencias, contribuyendo a una sana convivencia	<b>Pensamiento crítico reflexivo</b> Analiza de forma crítica reflexiva las distintas situaciones que se presentan en los contextos en los cuales se desenvuelve.	<b>Creatividad</b> Desarrolla habilidades que permitan aplicar de una manera creativa los diferentes conceptos, capacidades y aprendizajes para transformar su entorno, de manera responsable.	<b>Sociales y ciudadanas</b> Establece y pone en práctica aquellas competencias ciudadanas que le permiten interactuar con los demás
<b>Nivel de desarrollo de las competencias generales, transversales o mega habilidades</b>						
<b>N1.Describe:</b> identificar los valores que se desarrollan en las actividades deportivas.	<b>N1.Identifica:</b> Al deporte como medio de socialización.	<b>N1.Menciona</b> algunas actividades físicas para realizar en clase	<b>N1.Localiza</b> los diferentes deportes de acuerdo a sus preferencias.	<b>N1.Identifica</b> la importancia de realizar actividad física.	<b>N1.Identifica</b> a los deportes como actividades importantes para su vida	<b>N1 Elige</b> acciones que le permiten una sana convivencia.

<b>N2.Discute</b> Con sus compañeros algunos conceptos relacionados con las actividades deportivas.	<b>N2.Discute:</b> Sobre la importancia de la educación como medio de conservación de la salud	<b>N2.Distingue</b> los diferentes deportes de conjunto	<b>N2.Argumenta</b> que la actividad física siempre será importante para mantener una buena condición físico atlética	<b>N2.Relaciona</b> sus preconceptos y los confronta con acciones de juego.	<b>N2.Argumenta</b> los beneficios que traen los deportes para su vida.	<b>N2. Formula</b> comportamientos para la vida armónica entre pares y con el entorno.
<b>N3.Emplea</b> los conceptos aprendidos en clase sobre.	<b>N3.Prepara:</b> actividades deportivas en clase como posibles alternativas de solución de conflictos.	<b>N3.Practica</b> todo tipo de actividad deportiva en clase.	<b>N3. Aprovecha</b> al deporte para mejorar sus relaciones interpersonales	<b>N3.Organiza</b> actividades lúdicas dentro de al institución educativa.	<b>N3.Aprovecha</b> el tiempo libre para desarrollar actividades que mejoran su salud	<b>N3. Modifica</b> las acciones que le dificultan la sana convivencia
<b>N4.Analiza:</b> la actividad física como medio de conservación de su salud.	<b>N4.Selecciona</b> las mejores alternativas de la practica deportiva	<b>N4.Reflexiona</b> los beneficios del deporte para la salud.	<b>N4.Investiga</b> de forma seria y critica sobre los beneficios dela actividad deportiva.	<b>N4 Diseña</b> actividades que posibilitan espacios de reflexión.	<b>N4.Diferencia</b> las ventajas y desventajas que existen entre sedentarismo y actividad física	<b>N4.Propone</b> alternativas para mejorar su trabajo en clase
<b>N5.Construye:</b> actividades lúdicas para mejorar la convivencia con sus compañeros.	<b>N5.Formula</b> diversas alternativas para la solución de problemas.	<b>N5.Elige</b> la indumentaria adecuada para la practica del deporte	<b>N5.Fundamenta</b> los puntos de vista propios sobre el deporte.	<b>N5 Diseña</b> actividades que posibilitan espacios de reflexión.	<b>N5.Combina</b> todos los diferentes fundamentos técnicos de los deportes en clase	<b>N5.Diseña</b> proyectos lúdico recreativos en clase.



<b>N6.Sustenta</b> al deporte como principal actividad de integración.	<b>N6.Verifica</b> como el deporte influye en el mejoramiento de su salud.	<b>N6.Juzga</b> la reglamentación de los diferentes deportes.	<b>N6.Sustenta</b> con claridad el porqué de sus preferencias deportivas.	<b>N6Evalúa</b> los procesos desarrollados en clase	<b>N6.Justifica</b> de los deportes en el desarrollo motor y físico del ser humano	<b>N6 Sustenta</b> los conocimientos adquiridos en clase a partir del trabajo en equipo.
--	--	---	---	---	--	--

## INDICADORES DE DESEMPEÑO POR GRADO Y PERÍODO

	Periodo uno	Periodo dos	Periodo tres	Periodo cuatro
<b>Grado 10°</b>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Alto:</b> Aplica con profundidad los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el acondicionamiento físico del baloncesto</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en el desarrollo del Acondicionamiento físico del baloncesto y lo aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente desarrolla el acondicionamiento físico del baloncesto y lo aplica en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las habilidades y capacidades físicas de la gimnásticas y las aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad y desarrolla las habilidades y capacidades físicas de la gimnásticas y la aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente las habilidades y capacidades físicas de la gimnásticas y las desarrolla en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad aplica las habilidades y capacidades físicas de la gimnásticas y las desarrolla en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la historia de la gimnasia</p> <p><b>Alto:</b> profundiza y reconoce la historia de la gimnasia</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce la historia de la gimnasia</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los conceptos, y las generalidades básicas de la recreación y los Trabaja en clase</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los conceptos, y generalidades básicas de la recreación y los Trabaja en clase</p> <p><b>Básico:</b> Utiliza mínimamente los conceptos, y generalidades básicas de la recreación y los Trabaja en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad aplica los conceptos, y generalidades básicas de la recreación y los Trabaja en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las reglas de la recreación y los Trabaja en clase</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad trabaja los conceptos de las reglas de la recreación y las Trabaja en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrollados fundamentos técnicos del futbol de salón y voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce fundamentos técnicos del futbol de salón y voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconocer los fundamentos técnicos del futbol de salón y voleibol y los aplicarlos en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los fundamentos técnicos del futbol de salón y voleibol y aplicarlos en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las capacidades físicas del futbol de salón y el voleibol</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad el desarrollo de las capacidades físicas del futbol de salón y el voleibol y las desarrolla en clase</p>

	<p>que el acondicionamiento físico del baloncesto es importante para su desarrollo en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Alto:</b> Utiliza con profundidad las Generalidades básicas y las reglas y las generalidades del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Básico:</b> Aplica mínimamente las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Utiliza con dificultad las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p>	<p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce la historia de la gimnasia</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las Generalidades básicas y las reglas de las habilidades gimnásticas</p> <p><b>Alto:</b> Aplica con profundidad las Generalidades básicas y las reglas de las habilidades gimnásticas</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente aplica las Generalidades básicas y las reglas de las habilidades gimnásticas</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta aplicar las Generalidades básicas y las reglas de las habilidades gimnásticas</p>	<p>mínimamente los conceptos, y las reglas de la recreación y las Trabaja en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad emplea los conceptos, y las reglas de la recreación y las Trabaja en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla la historia de la recreación y la aplica en clase</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce la historia de la gimnasia y la aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce la historia de la gimnasia y la aplica en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta el reconocimiento de la historia de la recreación y la aplica en clase.</p>	<p><b>Básico:</b> Mínimamente emplea el desarrollo de las capacidades físicas del fútbol de salón y el voleibol y las desarrolla en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce las capacidades físicas del fútbol de salón y el voleibol y las desarrolla en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Fundamentos tácticos y las reglas del fútbol de salón, voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los Fundamentos tácticos y las reglas del fútbol de salón y voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce los Fundamentos tácticos y las reglas del fútbol de salón, voleibol y los aplica en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce los Fundamentos tácticos y las reglas del fútbol de salón, voleibol y los aplica en clase.</p>
--	--	--	---	--

<p><b>Grado 11°</b></p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los fundamentos técnico táctico del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud.</p> <p><b>Alto:</b> Aplica con profundidad los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce los fundamentos técnico tácticos del baloncesto y los utiliza como medio para la conservación de la salud</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Alto:</b> Utiliza con profundidad las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Básico:</b> Aplica mínimamente las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los habilidades gimnasticas en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad y desarrolla las habilidades gimnasticas en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente las habilidades gimnasticas y las desarrolla en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad aplica las habilidades gimnasticas y las desarrolla en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los Generalidades básicas y la historia de la gimnasia</p> <p><b>Alto:</b> Aplica con profundidad las Generalidades básicas y la historia de la gimnasticas</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente aplica las Generalidades básicas y la historia de la gimnasia.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta aplicar las Generalidades básicas y la historia de la gimnasia</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los conceptos básicos de la recreación y los Trabaja en clase</p> <p><b>Alto:</b> Reconoce con profundidad los conceptos básicos de la recreación y los Trabaja en clase</p> <p><b>Básico:</b> Utiliza mínimamente los conceptos básicos de la recreación y los Trabaja en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad aplica los conceptos básicos de la recreación y los Trabaja en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las generalidades de la recreación y los desarrolla en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad trabaja las generalidades de la recreación y las desarrolla en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Reconoce mínimamente las generalidades básicas de la recreación y las desarrolla en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad utiliza las generalidades básicas</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los ffundamentos técnicos del futbol de salón y los aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce fundamentos técnicos del futbol de salón y los aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconocer los fundamentos técnicos del futbol de salón y los aplicarlos en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer los fundamentos técnicos del futbol de salón y aplicarlos en clase.</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las capacidades físicas del futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Emplea con profundidad el desarrollo de las capacidades físicas del futbol de salón y las desarrolla en clase</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente emplea el desarrollo de las capacidades físicas del futbol de salón y las desarrolla en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce las capacidades</p>
-------------------------	--	--	---	---

	<p><b>Bajo:</b> Utiliza con dificultad las Generalidades básicas y las reglas del baloncesto y aplica los conceptos en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla el acondicionamiento físico del baloncesto</p> <p><b>Alto:</b> Profundiza en el desarrollo del Acondicionamiento físico del baloncesto y lo aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente desarrolla el acondicionamiento físico del baloncesto y lo aplica en clase.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce que el acondicionamiento físico del baloncesto es importante para su desarrollo en clase.</p>	<p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las reglas de la gimnasia y las aplica en clase.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad desarrolla las reglas de la gimnasia y las aplica en clase.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce las reglas de la gimnasia y las aplica en clase</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce las reglas de la gimnasia y las aplica en clase.</p>	<p>de la recreación y las desarrolla en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla las reglas básicas de la recreación.</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce las reglas básicas de la recreación y reconoce los tipos de juego</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce las reglas básicas de la recreación y los tipos de juegos.</p> <p><b>Bajo:</b> Con dificultad reconoce las reglas básicas de la recreación y reconocer los tipos de juego.</p>	<p>físicas del futbol de salón y las desarrolla en clase</p> <p><b>Superior:</b> En forma excepcional desarrolla los generalidades y reglas básicas del futbol de salón</p> <p><b>Alto:</b> Con profundidad reconoce las generalidades y las reglas básicas del futbol de salón.</p> <p><b>Básico:</b> Mínimamente reconoce y aplica las generalidades y las reglas básicas de futbol de salón.</p> <p><b>Bajo:</b> Se le dificulta reconocer las generalidades y las reglas básicas del futbol de salón.</p>
--	---	--	---	---

## **METODOLOGIA Y ESTRATEGIAS:**

La ficha de seguimiento individual al programa de apoyo, es el compendio del seguimiento y acompañamiento que hace el docente a las actividades de apoyo que desarrolla el estudiante para evidenciar la superación de debilidades académicas en su proceso de formación o para potencializar sus desempeños superiores o para mostrar avances, progresos en lo académico, desarrollo social y personal, mejoría en las habilidades de socialización para aquellos con NEE. Se registra después de la realización de la actividad de apoyo, por cada uno de los docentes responsables de las áreas que requieren apoyo de acuerdo a los resultados obtenidos en el proceso. Las fichas estarán a cargo de cada director de grupo, éste deberá responder por cada una de ellas y entregarlas a la coordinación académica una vez finalizado el año lectivo.

- El trabajo abierto.
- La motivación teniendo en cuenta sus gustos y preferencias.
- La creatividad de acuerdo a su capacidad.
- El trabajo individual como en equipo.

Para desarrollar los contenidos de la asignatura en el área de educación física se buscara que el alumno sea un participante activo – meta cognitivo, motivacional y conductualmente de los procesos cognitivos y de formación, con la responsable orientación del docente buscando el desarrollo de habilidades como reconocer, identificar mediante actividades tales como:

- Talleres y ejercicios
- Exposiciones
- Capacidad para realizar ejercicios en forma continua y a ritmo sostenido
- Habilidad para obtener su frecuencia respiratoria y el pulso cardiaco 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 calentamiento o de preparación para la realización de una actividad de mayor exigencia

## EVALUACIÓN

CRITERIO	PROCESO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<p>La evaluación del área de Educación física, debe ser un proceso permanente, continuo a través del cual se obtiene información para valorar el proceso de aprendizaje del estudiante, que permita reconocer los avances y limitaciones en el proceso individual de los mismos, debe ser cualitativa apuntando a los Indicadores de de desempeño que abarque los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales que lleven tanto al estudiante como al docente a reflexionar sobre el trabajo realizado</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trabajo en equipo</li> <li>• Actividades jugadas por grupos e individuales.</li> <li>• Actividades en conos individuales.</li> <li>• Talleres teóricos individuales.</li> <li>• Juegos predeportivos por equipos.</li> <li>• Exposiciones teóricas por parejas.</li> <li>• Juegos lúdicos y recreativos</li> <li>• Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Se reúnen en equipos de trabajo para desarrollar los juegos predeportivos del futbol de salón, el baloncesto, el voleibol, el balón mano</b></li> <li>• <b>Desarrollar actividades motrices individuales y grupales</b></li> <li>• <b>desarrollar capacidades y cualidades físicas condicionales y las habilidades motrices básicas</b></li> <li>• <b>Por equipos realizar una investigación y hacer exposiciones teóricas y prácticas sobre los deportes básicos, el cuerpo humano.</b></li> <li>• <b>Trabajo de los fundamentos técnicos de los deportes básicos individual y colectivo</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una evaluación mensual del trabajo teórico realizado en clase durante el periodo</li> <li>• Una consulta por periodo</li> <li>• Una exposición en el segundo periodo</li> <li>• En cada clase se trabajaran los fundamentos técnicos, y se desarrollaran habilidades motrices básicas, fundamentos técnicos y tácticos de cada deporte.</li> </ul>

## PLANES DE APOYO POR GRADO Y PERIODO

GRADOS	PERIODOS	PLANES DE APOYO PARA RECUPERACIÓN	PLANES DE APOYO PARA NIVELACIÓN	PLANES DE APOYO PARA PROFUNDIZACIÓN
10°	P1	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales o escritas.</li> <li>❖ Realización de pruebas físicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P2	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Asignación de talleres específicos de estudio,</li> <li>❖ Exposición del tema</li> <li>❖ Evaluación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	P3	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase</li> <li>❖ Pruebas físicas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> </ul>
	P4	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de talleres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Orientaciones para el estudio independiente (fijar metas, buscar y utilizar recursos, evaluar progresos).</li> </ul>



11°	<b>P1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Realización de talleres</li> <li>❖ Pruebas orales y escritas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Realización de actividades extracurriculares.</li> </ul>
	<b>P2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Asignación de temas específicos de estudio, retroalimentación y evaluación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Colaborar con los estudiantes que evidencian un ritmo de aprendizaje más lento.</li> <li>❖ Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.</li> </ul>
	<b>P3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Realización de trabajos escritos y exposiciones</li> <li>❖ Sustentación oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Ser monitor del área.</li> <li>❖ Desarrollar actividades deportivas, donde el estudiante participe de forma activa</li> </ul>
	<b>P4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Fomentar la participación del alumno en la clase.</li> <li>❖ Pruebas físico deportivas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Que el estudiante organice torneos deportivos a nivel grupal, desarrollando el toda la estadística que este arroje.</li> </ul>