

	<p align="center"><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b>  <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i></p>	  CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSION: 1



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**

**DISEÑO CURRICULAR EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE**

**DOCENTES RESPONSABLE  
LINA MARÍA LOPERA ARANGO**

**JORNADA: PRIMARIA**

**2017**

	<p><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b>  <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i></p>	 CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

## 1. PRESENTACIÓN:

La educación física, recreación y deporte puede ser considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en que tiene gran acogida en la población estudiantil como área fundamental del currículo y su importancia viene creciendo para la comunidad educativa en general.



La malla curricular del área de educación física, recreación y deporte, reúne de una manera integral y sistemática los distintos elementos planteados en los lineamientos curriculares del área que de acuerdo con el PEI de la institución educativa los GOMEZ de Itagüí, logra de una manera muy sencilla satisfacer las necesidades motrices y deportivas de los estudiantes del grado 6 a 11.

Además, se está buscando desde la dimensión corporal, privilegiar el desarrollo humano y social por medio de unas prácticas donde la persona como totalidad (con capacidades cognitivas, comunicativas, estéticas, corporales y lúdicas) confronte su capacidad de acción y reflexión en aras de aprovechar al máximo su participación y conocimiento individual y grupal, desde un enfoque humanista.

Desde ésta malla, se le da a la educación física, la recreación y el deporte, un gran valor pedagógico y formativo, enfocando a la clase de educación física como una práctica cultural, que orientada hacia la formación personal y social proyecta imaginarios, modelos y conceptos en el marco del contexto sociocultural, permitiendo mantener y/o transformar procesos e interpretación de las prácticas corporales desde y para los estudiantes.

## 2. FINES Y OBJETIVOS DEL SISTEMA EDUCATIVO COLOMBIANO

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitación que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica, y demás valores humanos.
2. La formación de la práctica del trabajo, mediante los conocimientos técnicos y habilidades, así como la valoración del mismo, como fundamento del desarrollo individual y social.
3. La formación para la promoción, precaución de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación y el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b> <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i>	 CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

### 3. OBJETIVOS

#### OBJETIVO GENERAL

Reconocer, valorar y utilizar en diversas manifestaciones pre deportivas y culturales la riqueza expresiva del cuerpo y el movimiento, mediante la ejecución de actividades físicas y recreativas fortaleciendo el desarrollo motriz de los niños.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Valorar la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente
- Conocer y ejercitar el propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a la edad, conducentes a un desarrollo físico y armónico
- Formar la participación, la organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- Adquirir habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.



### 4. MARCO CONCEPTUAL

La Educación Física, Recreación y Deporte puede ser considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en que tiene gran acogida en la población estudiantil como área fundamental del currículo y su importancia viene creciendo para la comunidad educativa en general.

Corresponde al área de Física, Recreación y Deporte promover no solamente el desarrollo motriz, sino también el cuidado de sí mismo, la relación con los otros y con el entorno, de tal manera que en virtud de su práctica se amplíe la conciencia de la acción humana.

El concepto de educación física tiene como principio la actividad física, centrada en la estructura anatómica corporal y derivada de la evolución de la gimnasia y otras disciplinas deportivas. A partir de allí surgen muchas teorías que determinan las estructuras de las prácticas deportivas. En este punto de consideraciones la educación física y el deporte se encuentran en la misma línea de formación.

La educación física, desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior. De igual manera, se promueve el disfrute de la movilización corporal y se fomenta la participación en actividades

	<p><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b>  <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i></p>	 CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

caracterizadas por cometidos motrices. De la misma manera se procura la convivencia, la amistad y el disfrute, así como el aprecio de las actividades propias de la comunidad.

Para el logro de estas metas se vale de ciertas fuentes y medios que, dependiendo de su enfoque, ha variado su concepción y énfasis con el tiempo. Sin embargo, lo que es incuestionable, son las aportaciones que la práctica de la educación física ofrece a la sociedad: contribuye al cuidado y preservación de la salud, al fomento de la tolerancia y el respeto de los derechos humanos, la ocupación del tiempo libre, impulsa una vida activa en contra del sedentarismo, etc. Los medios utilizados son el juego motor, la iniciación deportiva, el deporte educativo y la recreación, para lograr lo anterior debemos tener en cuenta las siguientes competencias específicas para el trabajo en el área de educación Física, Recreación y Deporte: la competencia motriz, la expresiva corporal y la axiológica corporal, que dan cuenta de la formación esperada desde diversas perspectivas. La paz, la convivencia y el desarrollo humano tienen una inobjetable relación con el cuerpo, que constituye nuestra presencia en el mundo; es decir, el soporte de nuestras satisfacciones y de las acciones mediante las cuales construimos la realidad.

La tendencia actual en educación física es el desarrollo de Competencias que permitan la mejor adaptabilidad posible a situaciones cambiantes en el medio y la realidad.

#### LAS GRANDES METAS DE LA EDUCACION FISICA DE ACUERDO A LOS ESTANDARES:

Promover el cultivo personal desde la realidad corporal del ser humano.

Aportar a la formación del ser humano en el horizonte de su complejidad.

Contribuir a la construcción de la cultura física y ala valoración de sus expresiones autóctonas.

Apoyar la formación de cultura ciudadana y de valores fundamentales para la convivencia y la paz.




Apoyar una educación ecológica, base de una nueva conciencia sobre el medio ambiente.

Desarrollar una pedagogía de la inclusión de todas las personas en prácticas de la Educación Física, Recreación y Deporte.

### 5. ELEMENTOS DE ENTRADA

Para la elaboración del diseño curricular se tienen en cuenta los siguientes elementos de entrada

- Derechos Básicos del Aprendizaje
- Estándares básicos por competencias
- Lineamientos curriculares
- Diseño curricular 2016

	<p><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b>  <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i></p>	  CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

- Resultados pruebas externas
- Instruimos 2016
- Observaciones de las asesoras pedagógicas a los diseños de cada área
- Contexto de egresados, para potenciar aquellas habilidades que destacan los estudiantes al finalizar el bachillerato.
- Catedra de la paz
- consecuencias potenciales de fallar de acuerdo a la naturaleza del servicio educativo (riesgos y oportunidades).
- Normas o códigos de práctica que la institución educativa se ha comprometido a implementar.




Cabe aclarar que algunos elementos no son tenidos en cuenta para el área porque estos no aplican.

## 6. METODOLOGÍA

En la Institución Educativa los Gómez se considera el modelo Pedagógico como una herramienta flexible, que permite al docente aplicar diversas teorías y postulados acorde al momento, contexto y situación de enseñanza aprendizaje. De acuerdo a lo anterior se adopta un *modelo pedagógico integral con un enfoque social*, donde se privilegia el aprendizaje; la posición activa del estudiante en la construcción de su propio conocimiento; el papel de mediador del maestro; la relación docente estudiante basada en el diálogo. Sin descartar el método expositivo, la transmisión de contenidos enciclopédicos y técnicos, los procesos de enseñanza aprendizaje condicionados, las relaciones democráticas y los procesos de evaluación cuantitativos.

Como estrategias metodológicas se tienen en cuenta:

- Evocar hechos, términos, datos y principios de los diversos temas aprendidos.
- Utilizar generalizaciones y abstracciones frente a situaciones concretas.
- Resolver situaciones con base en conceptos aprendidos.
- Formular hipótesis que se argumenten a través de las evidencias o las relaciones causa-efecto.
- Relacionar experiencias de clase, orientadas por diferentes procesos de inducción, observación, los sentidos y la razón.
- Desarrollar actividades creativas donde se integre la teoría con la práctica.
- Estimular al estudiante como centro del acto educativo para que ame al conocimiento, dando éste de manera metódica y que aprenda haciendo, es decir activando sus sentidos.
- No avanzar mientras los conocimientos básicos no estén firmes en la mente del estudiante.
- Proceder de lo concebido a lo desconocido desde lo simple.
- Trabajar al interior de las clases con coherencia, motivación e innovación en sus estrategias, con el fin de garantizar el proceso de aprendizaje.
- Utilizar los conocimientos previos de los estudiantes, como base fundamental para la construcción del aprendizaje y garantizar la significatividad de los mismos.

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b> <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i>	  CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

- Tener en cuenta las etapas y situaciones de cada estudiante, con el fin de que sus procesos de aprendizaje sean significativos.
- Presentar al estudiante material suficientemente organizado, para que así se dé una construcción de conocimiento adecuado.
- Orientar la actividad del estudiante hacia los objetivos correlacionándose con el medio ambiente, con el fin de apropiarse de su realidad y desarrollando un espíritu de conservación.
- Hacer énfasis en el uso del lenguaje en los estudiantes como un instrumento imprescindible, para el desarrollo del conocimiento.
- La relación maestro-estudiante, se debe caracterizar por la intervención pedagógica donde se debe incidir en la actividad mental y **constructiva** del estudiante, creando las condiciones favorables para que los esquemas del conocimiento (con sus significados asociados) se reconstruyan, facilitando al estudiante el "aprender a aprender", es decir, "autorregular" sus aprendizajes, acorde a sus diferencias cognitivas, sus estilos o hábitos de procesamiento de información, sus redes conceptuales, sus estrategias de aprendizaje, sus competencias y su inteligencia.




En básica primaria el área de Educación Física es dictada por un profesor que envía el municipio, quién tiene conocimiento de la malla curricular y desarrolla las actividades de acuerdo a las temáticas planteadas.

## 7. RECURSOS

Se utilizarán tecnologías de la información y comunicación (TICS) y material didáctico que ofrece el contexto, de forma que se innove en estrategias metodológicas que motiven a los estudiantes a contribuir a la construcción de su conocimiento.

<b>DIDÁCTICOS</b>	<b>FÍSICOS E INSTITUCIONALES</b>	<b>HUMANOS</b>
1. Balones ( deportes específicos)	Cancha	Estudiantes
2. Cuerdas	Aula de clase	Docentes
3. Colchonetas	Placa	Padres de familia
4. Pelotas ( fundamentación para los deportes específicos)	Colegio	Directivos
5. Conos, bastones, aros	Gimnasio al aire libre	
6. Pesas	Calles.	
7. Metro, báscula		
8. Juegos didácticos		
9. Mallas		
10. Arcos 11. Peso 12. Lienza 13. Disco		

## 8. DIAGNOSTICO

	<p><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ</b>  <i>“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy;  conocimiento, respeto y democracia”</i></p>	  CO-SC-CER352434
CÓDIGO DP-FO-25	<b>DISEÑO CURRICULAR</b>	VERSIÓN: 1

Al inicio del año escolar se realiza el diagnóstico del área teniendo en cuenta los resultados en pruebas Saber, Instruimos, análisis de aprobación del área, fortalezas identificadas y oportunidades de mejora, estos elementos son consignados en el formato plan de mejoramiento y acorde a dicho diagnóstico se desarrollan las estrategias y actividades tendientes a mejorar los resultados del área.

## 9. EVALUACIÓN

Al inicio de cada año escolar se elabora una evaluación diagnóstica para determinar aquellos estudiantes que no poseen las competencias para comenzar un nuevo aprendizaje y nivelarlos, así mismo este diagnóstico brindará al docente el punto de partida en su plan de estudios.

La evaluación de la Institución educativa los Gómez ha de ser continua, formativa, inclusiva, equitativa, integral y permanente y se utilizará una evaluación cualitativa y cuantitativa.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

# PRIMARIA

**DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO.**





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA:** EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

**PERÍODO:** 1

**GRADO:** primero

**INTENSIDAD HORARIA:** 1 HORA

**COMPETENCIA:** Se ubica en el espacio con relación a los demás.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo utilizar los segmentos corporales en las diferentes situaciones de expresión rítmica para mejorar las diferentes habilidades motrices propiciando el cuidado y la conservación del ambiente?	Utilizo mis segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconozco mi cuerpo como un medio para generar sonidos.	Conocimiento corporal ( <b>Educación Sexual y ciudadanía</b> ).  Manejo de pequeños elementos.	-Identificación de las partes del cuerpo en sí mismo y en los demás.	-Ejecución de ejercicios de movimiento con cada una de las partes del cuerpo.	Expresa entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización.	Coordinación general.	-Ubicación de mi cuerpo en el espacio y en relación con el de demás.	-Práctica movimientos de direccionalidad acorde a sus capacidades.	-valora su cuerpo y respeta el de los demás.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Valoro y protejo el medioambiente donde desarrollo las diferentes actividades lúdico-recreativas.	Orientación espacial.	Descripción de valores deportivos para el cuidado y la protección del entorno.	-Realización de desplazamientos y posiciones fundamentales	-Disfruta de las actividades físicas, rondas, competencias y otras.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA:** EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

**PERÍODO:** 2

**GRADO:** primero

**INTENSIDAD HORARIA:** 1 HORA

**COMPETENCIAS:** Explora las posibilidades de movimiento siguiendo diferentes ritmos musicales (percusión)

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo reconocer la importancia del uso adecuado de los sentidos en los juegos, favoreciendo las habilidades motrices en los estudiantes?	Identifico la importancia de los sentidos, mediante los juegos, para ubicarme en el entorno y relacionarme con los demás.	Control corporal	-Exploración de posibilidades de movimiento siguiendo diferentes ritmos de percusión y musicales	Realización de actividades de distribución y clasificación de objetos.	Explora movimientos siguiendo diferentes ritmos de percusión y musicales
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Afianzo y combino las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización.	Juegos y actividades con elementos.	-Diferenciación de conceptos de tensión y relajación muscular.	Ejecución de actividades lúdicas y recreativas que conlleven a habilidades motrices básicas.	Es respetuoso en la realización de los juegos y actividades planeadas para las clases.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Utilizo mis habilidades motrices para relacionarme adecuadamente con los demás en diferentes situaciones.	Juegos integradores con roles y actividades.	Identificación y clasificación de los diferentes roles que desempeñan las personas en la sociedad	Representación mediante actividades formativas los diferentes roles	Participa creativamente de las diferentes actividades y situaciones planteadas



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA:** EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

**PERÍODO:** 3

**GRADO:** Primero

**INTENSIDAD HORARIA:** 2 HORAS

**COMPETENCIA:** Clasifica las actividades teniendo en cuenta la direccionalidad.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo utilizar adecuadamente los materiales reutilizables que proporciona el entorno, en la elaboración de implementos lúdicos?	Valoro los recursos naturales en la construcción de implementos lúdicos.	Construcción de objetos a partir de material reciclable. <b>PROYECTO: Protección del Ambiente, la ecología y la preservación de los recursos naturales.</b>	Exploración de formas básicas de movimiento y combinaciones con elementos y sin ellos	-Utilización adecuada de los objetos construidos para uso deportivo.	Siente interés por hacer buen uso de los materiales reciclables que encuentra en su medio.
<b>FISICOMOTRIZ</b>	¿Cómo a través de diferentes actividades kinestésicas se puede mejorar la coordinación temporo espacial en los estudiantes?	Exploro diferentes formas del trabajo con el cuerpo en actividades individuales y grupales	Equilibrio. Lateralidad.	-Exploración de técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	-Desarrollo de habilidades motoras que lo llevan a un control corporal y al mejoramiento del equilibrio.	Muestra interés por mejorar las habilidades motrices y la calidad de sus movimientos.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Trabajo en forma colectiva en la búsqueda de soluciones de tareas motrices.	Direccionalidad	Clasificación de actividades de direccionalidad	-Ejecución de cambios de dirección y sus desplazamientos.	Muestra interés por realizar las actividades de direccionalidad propuestas en clase.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA:** EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

**PERÍODO:** 4 **GRADO:** Primero

**INTENSIDAD HORARIA:** 1 HORA

**COMPETENCIA:** Explora juegos y actividad física de acuerdo a su edad y posibilidades.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo usar adecuadamente las diferentes superficies que proporciona el entorno en la realización de actividades física?	Identifico y ejecuto actividades en diferentes superficies.	Actividades físicas	Exploración de juegos y actividad física de acuerdo con la edad y sus posibilidades.	Realización de actividades como Caminar y saltar dando palmadas adelante y atrás con un pie, con los dos pies, derriba pelotas, flexiona y extiende simultáneamente una pierna y un brazo.	Acepta realizar con su cuerpo en diferentes patrones de movimiento ejecutados en clase.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Exploro diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctico con mis compañeros y compañeras.	Orientación espacial.	-Relación de conceptos básicos sobre el espacio: adelante atrás, a los lados, arriba, diagonal, y el tiempo.	-Diferenciación de los momentos de tiempo y reacción a través del juego y el ejercicio.	Respeto las normas y reglas establecidas para el desarrollo de la orientación espacial.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Colaboro a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades.	Hábitos y actitudes de convivencia. <b>PROYECTO: Estudio, comprensión y práctica de la Constitución y la instrucción cívica.</b>	Formulación de hábitos y valores que llevan a una sana convivencia.	Valoración de los diferentes hábitos y valores que llevan a una sana convivencia.	Coopera en la solución de pequeños conflictos grupales y acata las normas propuestas para la clase.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA:** EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

**PERÍODO:** 1

**GRADO:** Segundo

**INTENSIDAD HORARIA:** 1 HORA

**COMPETENCIA:** Participa espontánea y voluntariamente en el desarrollo de actividades de tipo recreativo, formativo y juego de roles.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERSEPTIVO MOTRIZ</b>	¿De qué manera se puede fortalecer las actividades básicas de locomoción en el desarrollo de competencias que impliquen cambios de velocidad y dirección?	Mantengo el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos.	Equilibrio en las posiciones básicas de locomoción.	-identificación de movimientos segmentarios.	-Exploración de movimientos con diferentes ritmos musicales.	Muestra actitudes positivas frente a los diferentes movimientos que se le plantean.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección.	Desarrollo de competencias en distintos espacios.	-Realización de movimientos en las posiciones fundamentales: izquierda, derecha, de pies, de rodillas, decúbito abdominal y dorsal.	- Exploración de técnicas corporales de tensión, relajación y control del cuerpo.	Participa con agrado en la realización de las diferentes posiciones de movimiento realizadas en clase
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Construyo, con mis compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeto las establecidas	Actividades compartidas, juego de roles.	Participación espontánea y voluntaria en el desarrollo de actividades de tipo recreativo, formativo y juego de roles programadas desde la escuela.	-Realización de desplazamientos y posiciones fundamentales	Demuestra actitudes positivas al practicar actividades físicas y recreativas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE    PERÍODO: 2    GRADO: Segundo    INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**  
**COMPETENCIA:** Expresa la importancia de una buena respiración como base fundamental para un buen rendimiento físico.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo a través de las actividades lúdicas se pueden mejorar las dificultades que se presentan en los diferentes Desplazamientos?	Utilizo mis segmentos corporales (derecha izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices.)	Formas básicas de Locomoción: Caminar, correr,	-Expresiones sobre la importancia de una buena respiración como base fundamental para un buen rendimiento físico.	Aplicación de las diferentes formas de locomoción	Interioriza las diferentes formas de locomoción y las pone en práctica.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Participo de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección.	“Desplazamientos” saltar, reptar y rodar	-Identificación de posiciones y posturas diferenciando en cada una de ellas aspectos correctos e incorrectos.	-Exploración de posibilidades en los movimientos de mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Interactúa con los demás
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Reconozco las debilidades y las fortalezas de mis compañeros y compañeras a través actividades.	Competencias jerarquizadas y valorativas.	-Ejercitación del equilibrio sobre desplazamientos, con variaciones.	-.Desarrollo de habilidades motoras que lo llevan a un control corporal y al mejoramiento del equilibrio	Coopera con sus compañeros en la realización de diversos movimientos alternos, simultáneos y disociados con brazos y piernas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE    PERÍODO: 3    GRADO: Segundo    INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Clasifica las conductas sicomotoras y de iniciación.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo propiciar actividades que permitan experimentar diferentes formas de movimiento que impliquen el dominio corporal con o sin desplazamiento?	Realizo actividades que me permiten experimentar otras formas de movimiento.	Coordinación visomanual Manipulación: Lanzar, atrapar y batear	-Clasificación de las conductas sicomotoras y de iniciación.	-Exploración de las diferentes formas de movimiento en situaciones de juego y actividad física.	-Coopera con los demás en la realización de los movimientos de locomoción enseñados.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio corporal con o sin desplazamiento.	Juegos de piso y de pared.	-Definición de las destrezas elementales.	-Ejecución de desplazamientos a diferentes ritmos.	-Demuestra que es capaz de seguir instrucciones.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Manifiesto mi creatividad cuando ejecuto actividades motrices grupales	Actividades lúdico recreativas	Exploración y participación en actividades individuales y colectivas utilizando el cuerpo como instrumento de percusión.	-Utilización del cuerpo como instrumento de percusión.	Cuida y respeta su cuerpo y el de los demás.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE      PERÍODO: 4      GRADO: Segundo      INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Define lo que es expresión corporal y rítmica.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo integrar al medio natural los diferentes juegos que potencian las habilidades motrices?	Realizo juegos en el medio natural, que potencien mis habilidades motrices.	RITMO: Desplazamientos, coordinación rítmica	Definición de lo que es expresión corporal, rítmica	-Exploración de juegos y actividad física de acuerdo con la edad y sus posibilidades.	-Participa con agrado de todos los juegos.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Realizo tareas individuales y colectivas que implican el dominio de mi peso corporal con o sin desplazamiento	Coordinación segmentaria	Identificación de los movimientos de coordinación y desplazamiento.	-Aplicación de las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	-Reconoce la importancia de saber ganar y perder.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Participo en juegos colectivos que me permitan afianzar las relaciones de amistad.	Equilibrio dinámico y estático.	-Conocimiento de movimientos al realizar desplazamientos.	Realización de juego pre deportivo como elemento esencial en la formación de fundamentos básicos de cada deporte.	-Demuestra manejo y cuidado de su cuerpo en los desplazamientos que realiza.





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE**  
**COMPETENCIAS: Define lo que es coordinación dinámica.**

**PERÍODO: 1**

**GRADO: Tercero**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO O MOTRIZ</b>	¿Cómo fortalecer la coordinación dinámica y visopédica a través de actividades que impliquen la utilización de las habilidades motrices?	Realizo actividades de motricidad fina, como rasgado, recortado, pulsado y moldeado.	Coordinación dinámica	-Identificación de las variaciones en la respiración en diferentes actividades físicas.	-Controla movimientos del esquema corporal.	- Expresa entusiasmo en las actividades propuestas en la clase.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Propongo diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas.	Coordinación visopédica de pequeños elementos	--Conocimiento y control de los diferentes movimientos del cuerpo con utilización de pequeños elementos.	Aplicación de los movimientos de coordinación dinámica trabajados en clase.	-Valora la importancia del respeto a la norma.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Acepto y respeto las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las compañeras. Cuido mi cuerpo y el de mis compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades	Seguimiento de instrucciones. Hábitos Higiénicos y Fisiológicos <b>(Educación Sexual y ciudadanía.)</b>	Identificación y formación de hábitos y valores deportivos	Practica buenos hábitos de salud corporal y valores deportivos.	-Disfruta de los ejercicios y las buenas prácticas de higiene corporal.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACIÓN Y DEPORTE    PERÍODO: 2    GRADO: tercero    INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**  
**COMPETENCIAS:** Asimila y aprovecha las diferentes actividades motrices.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO O MOTRIZ</b>	¿Cómo mejorar la ubicación espacio temporal mediante el uso de los instrumentos musicales con diferentes velocidades y ritmos	Me muevo a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos. Valoro las diferentes actividades motrices realizadas en la naturaleza y cuido el entorno.	Percepción rítmica: Ritmos lentos, rápidos e intermedios.	-Afianzamiento de los conceptos de direccionalidad: adelante atrás, arriba, abajo, izquierda y derecha.	-Exploración de sus capacidades físicas en diversidad de juegos y actividades.	-Cumple con la ejecución de ejercicios que le permiten mejorar su percepción rítmica.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Experimento diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias.	Tiro al blanco, ponchados, posicionamiento de objetos en diferentes superficies.	Asimilación y aprovechamiento de las diferentes actividades motrices.	Ejecución de actividades psicomotrices básicas relacionadas con esquema, ajuste corporal y coordinación.	-Gusta de las actividades realizadas y las comparte con los demás.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Potencio valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos.	Juegos integradores y Seguimiento de instrucciones	Identificación de formas básicas de movimiento aplicadas al seguimiento de instrucciones.	Ejecuta con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas.	Coopera con la realización de los diferentes juegos y cumple con las instrucciones dadas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FISICA RECREACION Y DEPORTE**

**PERÍODO: 3**

**GRADO: tercero**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Define el atletismo y su importancia.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo explorar las diferentes posibilidades de movimiento mediante el uso de las diferentes partes del cuerpo?	Nombro las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones. Propongo e imagino diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase.	Iniciación en el Atletismo	-Definición sobre el atletismo y su importancia.	Práctica diferentes juegos deportivos individuales y grupales.	-Practica tareas motrices fuera de la actividad dirigida con el ánimo de afianzar patrones.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo utilizando diferentes elementos	Carreras con obstáculos: vallas	-identificación de conceptos como: formación, fila, hilera, escuadrón círculo.	Realización de ejercicios de formación.	-Interactúa y valora el trabajo que realiza con los demás.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Acepto la victoria y la derrota como elementos propios del juego	Juegos competitivos valorados	Interiorización de juegos competitivos.	Confrontación de juegos competitivos a través de su ejecución.	-Demuestra siempre actitud positiva al practicar actividades grupales.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

**PERÍODO: 4**

**GRADO: tercero**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Conduce el balón pateándolo con los pies a determinada distancia.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO O MOTRIZ</b>	¿De qué manera la educación física fortalece los hábitos higiénicos y fisiológicos para un mejor cuidado del cuerpo?	Reconozco mis posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación	TRABAJOS RÍTMICOS: Con instrumentos, trabajo musical, coreografías.	Identificación de las diferentes notas musicales a través del ritmo corporal	-Realización de coreografías de acuerdo a la tradición de danza y lúdicas de la familia.	Se interesa por aprender la realización de trabajos rítmicos.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Propongo diferentes movimientos a mis compañeros y compañeras	Pre-danza, ritmos formaciones coreografías	Interiorización de ritmos que le permitan manejar su expresión corporal	- Exploración de esquema corporal de relajación y control del cuerpo.	-Mejora su auto estima y su capacidad de relación.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Mantengo una adecuada higiene corporal para cuidar mi salud y la de las personas que me rodean.	Hábitos higiénicos y fisiológicos. <b>(Educación Sexual y ciudadanía).</b>	Conceptualización de hábitos de aseo, orden e higiene corporal.	Construcción de hábitos higiénicos y fisiológicos para una buena salud corporal en la realización de diferentes actividades.	Disfruta de las actividades de higiene que se plantean para la ejecución de actividades físicas o deportivas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

**PERÍODO: 1 GRADO: cuarto**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Diferencia y reconoce los miembros inferiores y superiores.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo mejorar el respeto por el propio cuerpo y el de los demás en cada uno de los espacios y las actividades realizadas?	Consolido el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades.	Imagen, concepto y esquema corporal.	Clasificación de ejercicios de calentamiento de acuerdo con su importancia. -Diferenciación y reconocimiento los miembros inferiores y superiores.	-Realización ejercicios de calentamiento y estiramiento.	-Respeto la disciplina en la clase y fuera de ella.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Comprendo las normas de seguridad en la práctica física.  Respeto la identidad y la sexualidad de mis compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras.	Gimnasia básica  Atletismo	-Comprensión de la importancia de la práctica recreativa y deportiva al aire libre.	-Realización ejercicios de trepar, saltar y correr.	Demuestra interés durante las prácticas de las expresiones motrices atléticas.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Reconozco mis fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, en pro de la mejora en la interacción social.	Juegos de roles, reconocimiento de liderazgos.	Identificación de los valores grupales para una mejor interacción social	-Desarrollo gradual de la capacidad de efectuar un trabajo por mayor tiempo o número de repeticiones.	-Demuestra respeto, compañerismo, disciplina,



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE**

**PERÍODO: 2**

**GRADO: Cuarto**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Controla el cuerpo con ejercicios de agilidad y práctica del fútbol.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo se puede fortalecer el respeto por las diferencias individuales y colectivas en la realización de cualquier práctica motriz?	Consolido el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades.	Imagen, concepto y esquema corporal.	-Identificación de los diferentes implementos que se utilizan para la realización de los ejercicios gimnásticos.	-Realización de desplazamientos hacia adelante, atrás y lateralmente.	Es persistente en su aprendizaje y manejo espaciotemporal del cuerpo.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Respeto las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento en cualquier práctica motriz.	Capacidades físicas: Fuerza, velocidad, resistencia, potencia y flexibilidad.	-Control de su cuerpo en los ejercicios de agilidad y práctica del fútbol.	-Ejecución de ejercicios para desarrollar la fuerza para realizar los diferentes lanzamientos y saltos.	Sigue las instrucciones dadas en clase para la realización de ejercicios físicos y deportivos.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Acepto las sugerencias dadas por el/la profesor/a y mis compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participo en juegos de cooperación y oposición.	Reglamentos deportivos.	Proposición y verificación de algunas normas en las prácticas deportivas.	Realización de técnicas de pases con una y dos manos. -Práctica de ejercicios autónomos dentro y fuera de la institución.	Valora y respeta las diferentes reglas del juego.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FISICARECREACIÓN Y DEPORTE**

**PERÍODO: 3**

**GRADO: cuarto**

**INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Comprende y relaciona la importancia de una adecuada alimentación para un buen estado físico.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿De qué manera se puede construir un ambiente favorable para el desarrollo de actividades corporales y motrices en los estudiantes?	Propongo acciones para la construcción de un medio ambiente favorable en mi comunidad, a través de múltiples expresiones motriz.	Rítmico – danzas artísticas, deportivas, ludo recreativas. <b>(Cátedra de Estudios Afro colombianos)</b>	- Conocimiento de posiciones y posturas que le permiten llevar a cabo una buena ejecución de destrezas rítmicas.	-valoración de los espacios y expresiones deportivas, en función de su práctica y del uso del tiempo libre.	Asume con responsabilidad la ejecución de actividades rítmicas.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Reconozco los cambios corporales y motrices dados por la etapa del desarrollo sico-físico que vivo.	Cualidades Físicas: Velocidad, fuerza, resistencia, equilibrio, ritmo, flexibilidad, agilidad.	-Identificación de las diferentes pruebas de atletismo.	-Ejecución de actividades que involucren habilidades y destrezas complejas	Muestra interés en la ejecución de diferentes ejercicios físicos.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Me integro a través del juego, relacionándome con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúo con mis compañeros y compañeras.	Juegos predeportivos	-Identificación del campo de juego y los implementos deportivos.	-Aplicación de los diferentes fundamentos de las actividades pre deportivas.	Muestra interés por la realización de los diferentes juegos pre deportivos trabajados en clase.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACION FISICA RECREACIÓN Y DEPORTE    PERÍODO: 4    GRADO: cuarto    INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**  
**COMPETENCIAS:** Conoce e identifica algunos escenarios deportivos de su ciudad..

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo generar interés y motivación en los estudiantes cuando realizan actividades que generan trabajo individual y grupal?	Adopto hábitos de vida saludable a través de la práctica de expresiones motrices.	Importancia de prácticas motrices para la salud integral.	-Conocimiento e identificación de los hábitos de vida saludables para una salud integral.	-Aplicación de los diferentes fundamentos básicos del fútbol.	Mantiene hábitos de higiene y salud dentro y fuera de clase.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Demuestro interés y motivación cuando realizo actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo mis capacidades físicas y mis hábitos de vida saludable	Competencias pre deportivas valorativas.	-Identificación de los diferentes fundamentos de los juegos pre deportivos.	Participación de los juegos pre deportivos en especial del baloncesto.	Demuestra agrado, orden e interés por las actividades que generan trabajo individual y grupal.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Identifico las relaciones interpersonales, los valores de equidad y tolerancia que se presentan en la interacción de las prácticas con proyección social.	Valores deportivos <b>Educación para la justicia, la paz, la democracia, la solidaridad, la fraternidad, el cooperativismo, la formación de los valores humano.</b>	-Identificación de la historia y la cultura de los valores en las prácticas deportivas.	Aplicación de los conceptos adquiridos sobre las relaciones interpersonales en las prácticas deportivas.	Valora e interioriza los valores en las relaciones con los demás.





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE      PERÍODO: 1      GRADO: Quinto      INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Identifica el triatlón como un deporte que une a las sociedades.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Fortalecer los conceptos de fuerza, velocidad y resistencia en la práctica de ejercicios pre deportivos y competitivos?	Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas y diferentes de expresiones motrices.	Triatlón escolar	Conocimiento y participación de un triatlón escolar mostrando coordinación y fluidez en sus movimientos	Realización adecuada del calentamiento con trote en el puesto. .Participación dando opiniones sobre la importancia de una buena alimentación para el mejoramiento de su estado físico.	Se dedica con interés a aprender sobre la ejecución de diferentes movimientos corporales.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Identifico y reconozco los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplico adecuadamente en las expresiones motrices.	Prácticas que involucren capacidades fisicomotrices: Ejercicios predeportivos competitivos	Realización de los ejercicios físicos en un tiempo determinado.	Ejecuta adecuadamente los ejercicios pre deportivos y competitivos planteados para el desarrollo de las clases.	Se desenvuelve con interés y dedicación en las actividades pre deportivas y competitivas.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Acepto el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando con responsabilidad los roles y resultados en las prácticas motrices orientadas al mejoramiento de mi desempeño.	Mini fútbol	Conocimiento y asimilación de los saberes teóricos del mini fútbol.	Aplicación de los conceptos trabajados en la práctica del mini fútbol.	Toma de conciencia de cómo se debe hacer correctamente un ejercicio físico: calentamiento y estiramiento



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE PERÍODO: 2 GRADO: Quinto INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**

**COMPETENCIAS:** Comprende, realiza y maneja los implementos gimnásticos evidenciando las cualidades físicas básicas.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿De qué manera se pueden fortalecer las capacidades físicas para un mejor desempeño en las actividades lúdicas y pre deportivas?	Refuerzo los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas y diferentes de expresiones motrices.	Lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación.	Comprensión de las características principales de los esquemas en el trabajo como bastones aros y cintas.	Realización de diferentes esquemas de la gimnasia con pequeños elementos	Trabaja en forma armónica todas sus capacidades de ubicación para un buen rendimiento físico.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Practico y propongo juegos recreo-deportivos que favorezcan mi desarrollo personal y el de mis compañeros (as).	Fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.	Exploración e investigación en las diferentes actividades de velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad	Participación creativa en las diferentes actividades de velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad	Participa con entusiasmo de las actividades propuestas.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Conservo y protejo los ambientes naturales en los cuales realizo diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en mi entorno.	Espacios naturales y estructuras físicas para la actividad física y deportiva.	Identificación de los espacios naturales y estructuras propicias para la actividad física y deportiva.	Realización de ejercicios básicos adecuados para la expresión corporal.	Muestra actitudes de colaboración, trabajo en equipo, respeto e integración en la práctica deportiva.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

**PERÍODO: 3**

**GRADO: Quinto**

**INTENSIDAD HORARIA: 5 HORAS**

**COMPETENCIAS:** Ejecuta actividades de iniciación deportiva propias de su edad.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo favorecer el desarrollo de las diferentes expresiones motrices en la iniciación deportiva, valorando las actividades ejecutadas en clase y fuera del contexto escolar?	Me ubico en el espacio y el tiempo durante las diferentes expresiones motrices practicadas, teniendo como referencia los puntos cardinales.	Habilidades manipulativas,	Reconocimiento de la necesidad de la diversidad de pensamientos y gustos deportivos para la identificación individual y social.	Manejo de las habilidades manipulativas en los deportes de balón.	Participa y propone campañas de promoción y prevención.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Valoro la actividad motriz, no solo como eje del desarrollo corporal sino integral.	Iniciación deportiva.	Control de su cuerpo en los ejercicios de agilidad y práctica del voleibol y balonmano.	Realización de las habilidades básicas del voleibol y el balonmano.	Valora las actividades propuestas para tener un mejor desarrollo corporal.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Práctico actividades ejecutadas en clase fuera del contexto escolar, mejorando mi calidad de vida en todo momento	Mini baloncesto	Comprensión de las diferentes formas jugadas en el juego del baloncesto	Ejecución de las actividades múltiples en el juego recreativo del baloncesto.	Participa con agrado de las diferentes actividades.
		Participo de diferentes actividades deportivas, recreativas y culturales como parte de mi formación integral				



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

**ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE      PERÍODO: 4      GRADO: Quinto      INTENSIDAD HORARIA: 1 HORA**  
**COMPETENCIAS:** Aplica los fundamentos técnicos en la práctica de los pre deportivos.

NÚCLEO TEMÁTICO	PREGUNTA PROBLEMATIZADORA	ESTÁNDAR	ÁMBITOS CONCEPTUALES	INDICADORES DE DESEMPEÑO		
				CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL
<b>PERCEPTIVO MOTRIZ</b>	¿Cómo fortalecer fundamentos técnicos deportivos en la realización de actividades competitivas?	Participo en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual.	Combinación de todo tipo de habilidades motrices.	Asimilación y conceptualización de las habilidades motrices básicas.	Ejecución de actividades de coordinación gruesa como manipulación y percusión para un mejor control segmentario.	Realiza con agrado las actividades de clase.
<b>FISICOMOTRIZ</b>		Me adapto a los diferentes procesos de trabajo, teniendo como base las capacidades físicas en la realización de las actividades, siendo creativo e innovador en su aplicación.	Actividades deportivas competitivas.	Adaptación de los procesos físicos en las actividades deportivas competitivas.	Ejecución de ejercicios que mejoren sus capacidades físicas en las actividades deportivas.	Valora las prácticas deportivas como beneficio para el cuerpo.
<b>SOCIOMOTRIZ</b>		Realizo prácticas motrices que estimulan mi rendimiento dentro de los ámbitos sociales y culturales de la comunidad, utilizando eficientemente los recursos y elementos que nos	Mini voleibol	Aplicación y apropiación de conceptos de mini voleibol.	Participación de ejercicios prácticos coordinados en el mini voleibol.	Muestra interés en la realización de ejercicios que



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GÓMEZ**  
*“Pensando en las futuras generaciones, construimos hoy; conocimiento, respeto y democracia”*



CO-SC-CER352434

CÓDIGO DP-FO-25

**DISEÑO CURRICULAR**

VERSIÓN: 1

ofrece el entorno.

estimulan su desarrollo en los ámbitos culturales de la comunidad.