

SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL DE ITAGÜÍ

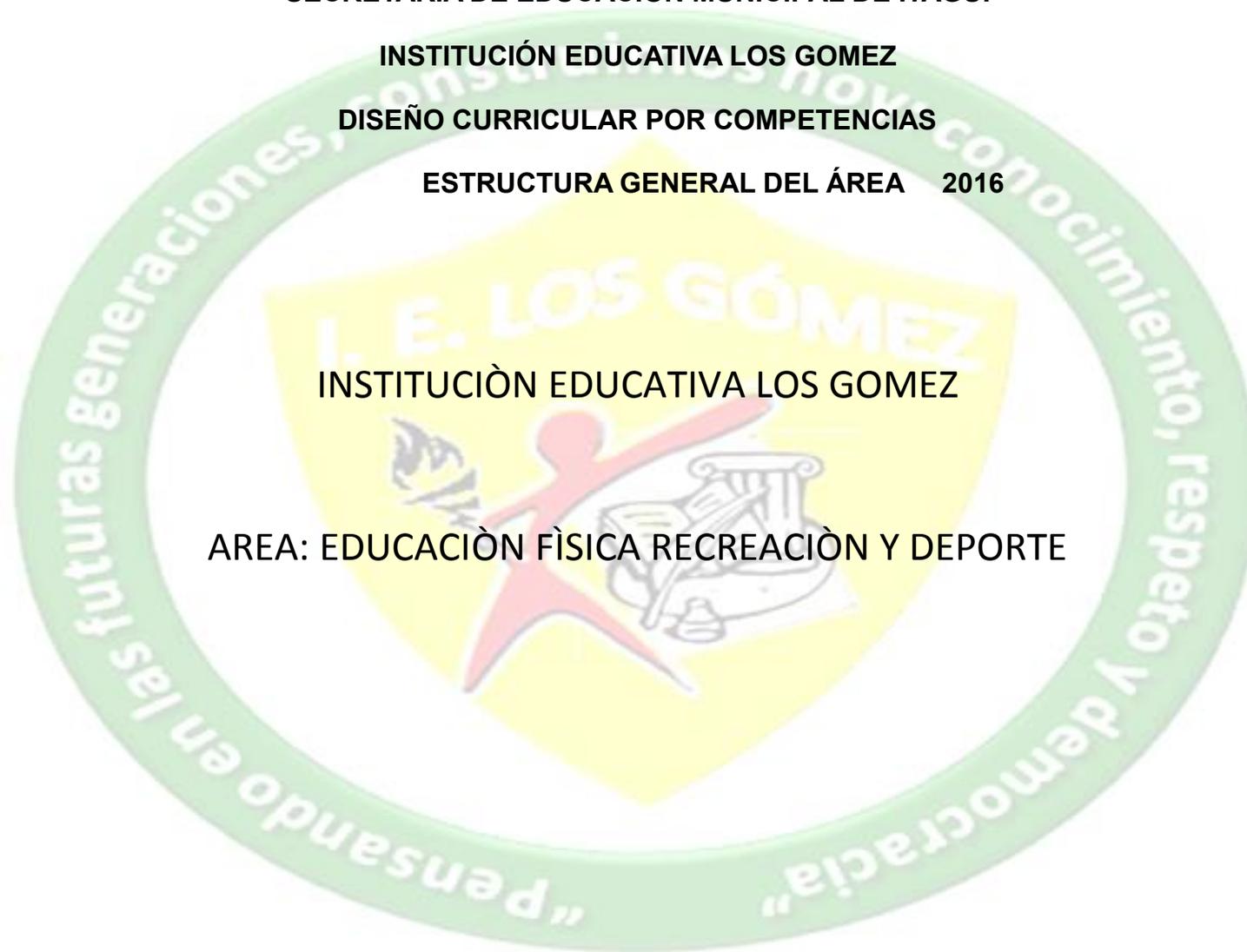
INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GOMEZ

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

ESTRUCTURA GENERAL DEL ÁREA 2016

I. E. LOS GÓMEZ
INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS GOMEZ

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE



OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA DIMENSIÓN CORPORAL EN LA EDUCACIÓN PREESCOLAR

(Artículo 16, ley 115 de 1994)

- El conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, así como la adquisición de su identidad y autonomía.
- El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de tal manera que facilite la motricidad, el aprestamiento y la motivación para la lectoescritura y para las soluciones de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas.
- El desarrollo de la creatividad, las habilidades y destrezas propias de la edad, como también de su capacidad de aprendizaje.
- La ubicación espacio-temporal y el ejercicio de la memoria.
- El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respeto, solidaridad y convivencia.
- La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos
- El estímulo a la curiosidad para observar y explorar el medio natural, familiar y social.

- La formación de hábitos de alimentación, higiene personal, aseo y orden que generen conciencia sobre el valor y la necesidad de la salud.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA BÁSICA PRIMARIA

(Artículo 21, ley 115 de 1994)

- La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente
- El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico
- La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre
- La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA BÁSICA SECUNDARIA

- La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.

- La formación para la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- La incentivación del estudiante hacia la práctica deportiva en un nivel competitivo.

FINES 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, a si 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.

MARCO CONCEPTUAL DEL ÁREA:

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 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

DIAGNÒSTICO DE NECESIDADES DE FORMACIÓN:

Entorno: Municipio de Itagüí

El Municipio de Itagüí, situado al sur occidente del Valle de Aburrá, cuenta aproximadamente con 230.272 habitantes de acuerdo con las cifras presentadas por el [DANE](#) del censo [2005](#). Tiene 24 instituciones de educación básica y media de carácter público, albergando una población aproximada de 40.000 estudiantes, con aproximadamente 290.000 habitantes. El municipio está conformado administrativamente por la cabecera municipal, dividida en 64 barrios organizados en 6 comunas y un corregimiento llamado Manzanillo constituido por 8 veredas.

Las instituciones educativas comprenden desde el último grado de preescolar (transición) hasta el grado 11º y muchas de ellas cuentan con educación media técnica y educación de adultos. Los estratos sociales a los que pertenece la población estudiantil itagueña son 1,2 y 3. En la mayoría de los hogares los padres participan de actividades económicas ya sea de manera formal o informal.

DIAGNOSTICO INSTITUCIONAL

La Institución educativa los Gómez es una Institución Educativa de carácter público, adscrito al Municipio de ITAGUI; ubicado en zona rural del corregimiento del Manzanillo, cuenta con dos sedes, ubicadas en la Vereda los Gómez y la Vereda Ajizal.

Se alberga una población mixta compuesta por niñas, niños y jóvenes en los grados de Educación Preescolar, Básica primaria y Básica Secundaria; se cuenta además con los niveles de aceleración del aprendizaje y procesos básicos, los cuáles están diseñados para atender los jóvenes en extra edad que no han podido avanzar en su proceso académico.

Actualmente se encuentran activos 1400 estudiantes en las tres jornadas.

Es una población heterogénea que presenta graves problemas socioeconómicos y culturales, se evidencian familias disfuncionales y con bajos niveles académicos, los cuales afectan el desarrollo de procesos de aprendizaje y formación. Por lo anterior, se requieren establecer estrategias que permitan a los estudiantes acercarse al conocimiento de forma motivante

Se observa desmotivación y desinterés por el estudio aunado a la necesidad de trabajar de algunos estudiantes para ayudar a mejorar la situación económica de sus familias; lo anterior, coteja una gran fluctuación de la población escolar, por movilidad constante, debido a la difícil situación económica. Por tal motivo, se requieren ambientes escolares favorables que incentiven a los estudiantes a permanecer en la institución, respetando los ritmos de aprendizajes, las costumbres socio-culturales y los procesos de inclusión, utilizando adecuadamente los recursos tanto institucionales como los del contexto; el manejo adecuado de las TIC pretende desarrollar metodologías participativas acordes al modelo pedagógico integral con énfasis en lo social.

Vale la pena anotar que durante los últimos cuatro años, las diversas estrategias metodológicas y las pequeñas innovaciones que se han aplicado, han aumentado en un porcentaje importante, los niveles de formación; no obstante se debe continuar trabajando bajo esta línea, con el fin de que los resultados sean favorables y los niveles académicos y de calidad suban significativamente.

DIAGNOSTICO DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE

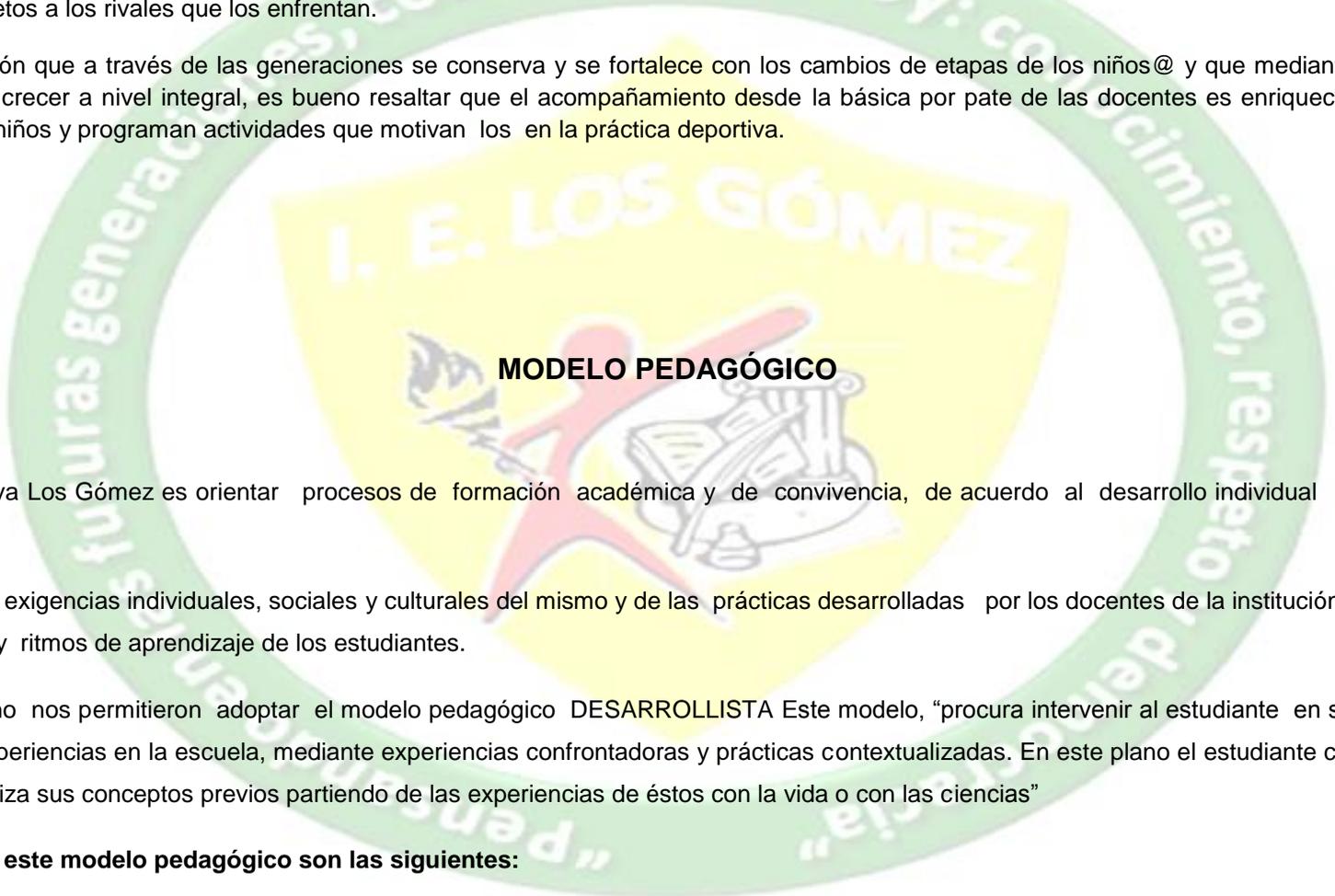
El área de educación física recreación y deporte de la institución educativa las Gómez está fundamentada en la adquisición de valores tales como el respeto, la cooperación, la sana competencia, valoración del cuerpo como un todo y la adecuada utilización del tiempo libre.

Desde el área se atiende una población mixta que comprende desde el grado sexto al grado 11 en los cuales se puede notar en los más pequeños su gusto por el aprendizaje teórico práctico de los contenidos del área y su motivación por participar en las diferentes actividades programadas en el uso del tiempo libre, además de la participación activa de las docentes de primaria en la práctica deportiva.

En los grados superiores la práctica de la educación física es acorde con los planteamientos y proyecciones visionados en el plan de estudios, los estudiantes muestran empatía y gusto por la adquisición de conocimientos teórico prácticos útiles en el cuidado y mantenimiento del cuerpo. El uso y participación en el tiempo libre de actividades que involucran la competencia y el intercambio con otros colegios, enriquecen las intencionalidades del lema institucional en caminado al reflejo de una población rica en valores éticos y morales, el área desde sus fines busca que los estudiantes vivencien diferentes tipos de culturas y poblaciones latentes en la sociedad actual, por eso de la mano de la secretaría de deportes del municipio, se apoya en los polos de desarrollo y el CIBDI para mejorar y optimizar el proceso de aprendizaje de los estudiantes y agentes involucrados con los niños y jóvenes.

Desde el área se observa como a través de los años la participación en las actividades deportivas generales va creciendo, pero se ve reflejado de una manera pausada por la falta de más presencia administrativa y por ende económica, debido a que puede ser más participativa pero se presenta débil por que los recursos económicos que no están al fácil alcance por la escasa situación monetaria, lo que arroja a nivel municipal poca proyección, teniendo el precedente de que el talento deportivo es destacado, puesto que las estadísticas cuantitativas muestran como la vereda y en este caso los niños y jóvenes de la institución participan de los torneos programados por la secretaría de deportes municipal y por lo general llegan a la finales mostrando calidad, capacidad, autenticidad, respeto y retos a los rivales que los enfrentan.

Se vive la cultura del juego de balón que a través de las generaciones se conserva y se fortalece con los cambios de etapas de los niños@ y que mediante las clases de educación física se educan y reeducan para afianzar y crecer a nivel integral, es bueno resaltar que el acompañamiento desde la básica por parte de las docentes es enriquecedor debido a que las mismas son interesadas por el bienestar de los niños y programan actividades que motivan los en la práctica deportiva.



MODELO PEDAGÓGICO

La misión de La institución educativa Los Gómez es orientar procesos de formación académica y de convivencia, de acuerdo al desarrollo individual y las necesidades sociales de la comunidad y del entorno.

Es por esto que atendiendo a las exigencias individuales, sociales y culturales del mismo y de las prácticas desarrolladas por los docentes de la institución, se permitió establecer un modelo pedagógico acorde con los estilos y ritmos de aprendizaje de los estudiantes.

Estas prácticas y factores del entorno nos permitieron adoptar el modelo pedagógico DESARROLLISTA Este modelo, “procura intervenir al estudiante en sus conceptos previos, influyéndolos y modificándolos a través de sus experiencias en la escuela, mediante experiencias confrontadoras y prácticas contextualizadas. En este plano el estudiante construye sus conocimientos, asimila e interioriza los conceptos y reorganiza sus conceptos previos partiendo de las experiencias de éstos con la vida o con las ciencias”

Las principales características de este modelo pedagógico son las siguientes:

- “Los procesos educativos, consisten en formar, a través de la exploración de la cultura como producto del desarrollo de hombres y mujeres integrales.

- Los procesos instructivos en el modelo pedagógico, consisten en que los estudiantes no solo aprendan los contenidos, sino el método con que estas ciencias se han construido.
- El modelo pretende potenciar el pensamiento de los estudiantes en tanto evolucionan sus estructuras cognitivas para acceder a conocimientos cada vez más elaborados. Los estudiantes son personas que pueden descubrir el conocimiento y construir sus propios procesos de aprendizajes. El conocimiento se construye a través de las experiencias vividas y de la expresión de dichas experiencias.

METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN

- Priman los procesos de aprendizaje sobre los procesos de enseñanza. el estudiante es el centro del proceso docente-educativo.
- Se sugiere hacer uso de mapas mentales y mapas conceptuales.
- La Evaluación se desarrolla por procesos: el profesor observa y analiza para comprobar, constatar, comparar, determinar, identificar, diferenciar, valorar, presentar alternativas y tomar decisiones”

El ambiente de aprendizaje de aula ha de fortificar desde los propósitos, contenidos, problemáticas, medios, técnicas, métodos, tiempos, espacios, evaluaciones; dinámicas crecientes de memoria comprensiva, indagación, descubrimientos, comprobación y lúdica de los saberes, formulación y resolución de problemas e hipótesis, comunicación dialógica, explicación oral y escrita argumentada, estudio sistemático, investigación, construcción significativa de conocimiento

El modelo desarrollista se propone entonces para una sociedad donde la herramienta fundamental es la comunicación y el conocimiento.

DESDE EL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTE:

Para evaluar, el docente debe tener en cuenta que los estudiantes de una clase tienen una doble caracterización didáctica, “por una parte son individuos con rasgos psicofísicos particulares y distintos niveles de rendimiento y por otro lado, forman un grupo colectivo a partir de ciertas características de afinidad que los identifican”

La evaluación busca valorar el ajuste entre el grado de desarrollo alcanzado en los actos sicomotores y la etapa madurativa por la que atraviesa el individuo; ésta se realizará por medio de la evaluación formativa (Autoevaluación, Coevaluación y Heteroevaluación), en la que se valorará el proceso del estudiante por medio del registro en una planilla de la asistencia, participación, disciplina, aplicación de test, talleres, trabajos escritos, al igual que se observará en cada estudiante los avances o tropiezos que tenga en la consecución de los logros, para realizar ajustes o correcciones inmediatas y conseguir así un aprendizaje óptimo.

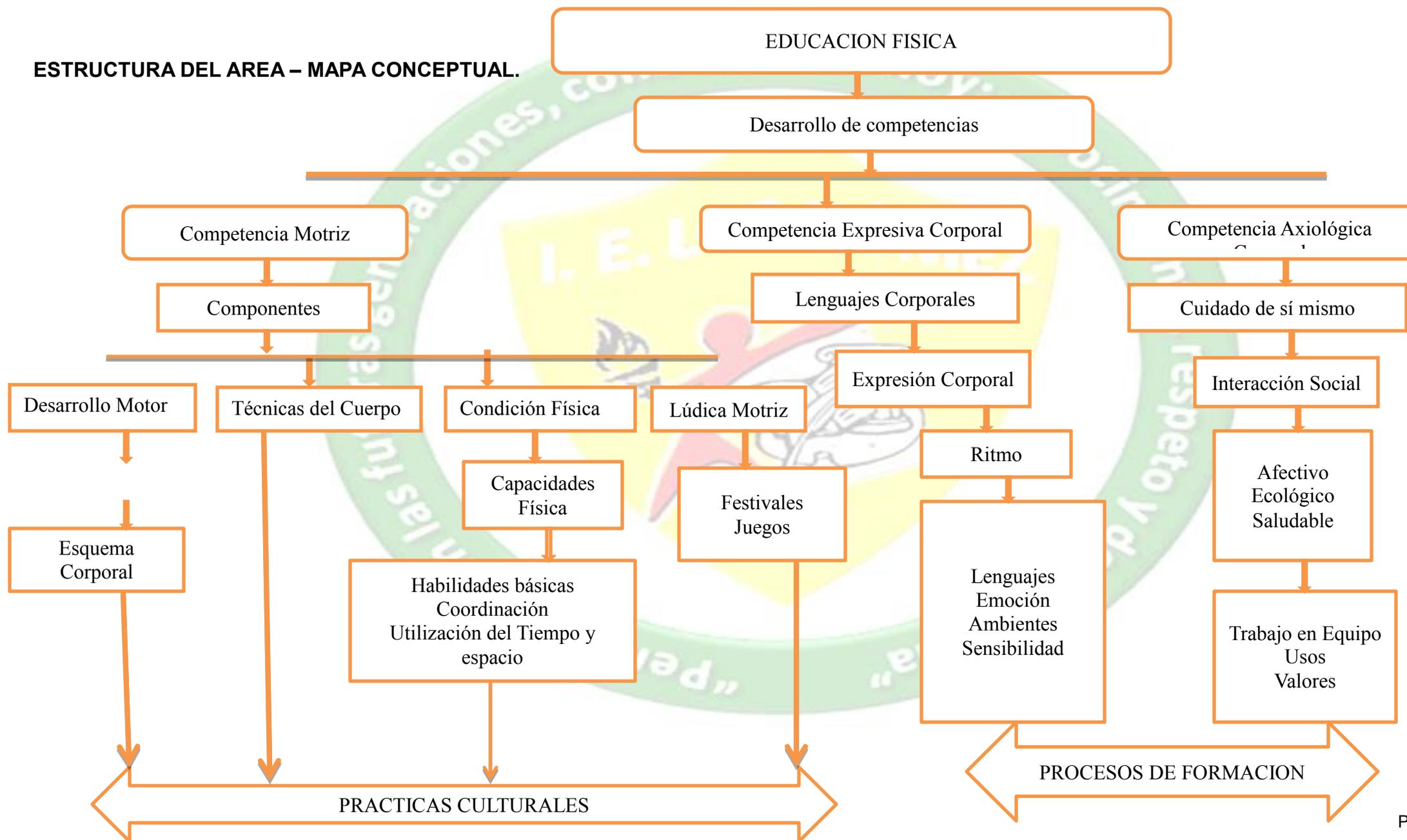
Así mismo, se realizarán:

- Evaluaciones prácticas (procedimentales).
- Evaluaciones conceptuales para verificar la asimilación de contenidos.
- Evaluaciones actitudinales para verificar, la Participación en clase, la aplicación de valores y el respeto y cuidado del material didáctico.
-

RECURSOS GENERALES

1. Balones (deportes específicos)	Juegos didácticos
2. Cuerdas	Mallas.
3. Colchonetas	Teraban
4. Pelotas (fundamentación para los deportes específicos)	Arcos.
5. Conos	Lienza
6. Bastones	Pesas
7. Aros	Metro
8. Cancha, patio salón	Báscula

ESTRUCTURA DEL AREA – MAPA CONCEPTUAL.



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: SEXTO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones corporales que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Concienciar al estudiante de la importancia de conocer los cambios corporales que le ocurren y sus posibilidades de movimiento.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra coordinación gruesa determinada.	Afianzo, a través de diferentes actividades motrices el ajuste postural y el esquema corporal. Desarrollo diferentes tipos de actividades colectivas que contribuyen al fortalecimiento de las capacidades individuales y colectivas.	PREPARACION FISICA Y CONDICION FISICA Actividades de equilibrio en diferentes posiciones y grados de dificultad. Tensión, relajación, tono postural. Planteamiento de situaciones problémicas en todas las actividades. Actividades cooperativas.	Identificación del concepto ajuste postural, tensión, relajación y capacidades físicas.	Ejecución adecuada de actividades físicas con una buena postura corporal. Ejecución de ejercicios gimnásticos en manos libres.	Realización de actividades para mejorar las capacidades físicas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Aplico y utilizo hábitos relacionados con las expresiones motrices y el cuidado responsable del cuerpo, como el calentamiento y la relajación	(Desarrollo de la fuerza, la resistencia) Actividades que fomenten la reflexión e implementación de acciones para el cuidado de su salud física.	Identificación de estrategias para el cuidado del cuerpo.	Aplicación del cuidado del cuerpo a través de las actividades físicas realizadas en clase. Respuesta a test físicos.	Participación adecuadamente en actividades para el cuidado oportuno de sus hábitos de postura e higiene corporal.

SOCIOMOTRIZ.	Respetar normas, definir roles, asumir tareas de responsabilidad	Valorar mi propia habilidad motriz como punto de partida para alcanzar una superación personal y de equipo.	Actividades que involucren reflexiones individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y respeto a la diferencia.	Identificación de técnicas y medios de relación en el entorno institucional y del hogar.	Aplicación de lenguaje corporal adecuado en la relación con los demás.	Cooperación y demostración de solidaridad con sus compañeros y trabajo en equipo de manera constructiva.
COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> • Domina su cuerpo en la realización de actividades físicas, mostrando, una adecuada, postura corporal y coordinación. 				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> • Identifica y ejecuta actividades físicas con una buena postura corporal y disposición. • Muestra buen comportamiento en salidas, actos cívicos, portando bien el uniforme. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: SEXTO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Conocer y aplicar patrones básicos de locomoción : caminar, correr saltar, girar, rodar en la ejecución correcta de destrezas gimnásticas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Identifico y aplico elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar mi salud y la de la sociedad	GIMNASIA BASICA: Coordinación dinámica general. Coordinación viso manual y viso pédica. Deportes específicos. Posiciones invertidas.	Clasificación de las capacidades físicas para desempeñarse en una actividad deportiva	-Aplicación de las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades gimnásticas. -Aplicación de las reglas específicas en el proceso de ejecución de destrezas gimnásticas.	Incrementa las capacidades físicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Sigo recomendaciones, aplico, utilizo en todas mis prácticas motrices hábitos de higiene para mi salud: como el calentamiento, adecuada ejecución y relajación. Experimento juegos, ejercicios y actividades con las habilidades motrices: locomotrices, equilibración y manipulativas.	Control y rendimiento físico Calentamiento Sistemas de locomoción. Capacidades físicas. Desplazamiento, manejo de lateralidad y direccionalidad. Combinado con pequeños implementos	Conocimiento de las clases de calentamiento, su estructura y actividades a realizar. -Identificación de las habilidades motrices básicas.	-Aplicación del calentamiento general y específico en las clases prácticas programadas. -Respuesta a test físicos.	Aplica el calentamiento como aspecto fundamental en las actividades físicas.

SOCIOMOTRIZ	Respetar normas, definir roles, asumir tareas de responsabilidad	Valorar las capacidades y las habilidades que poseo en las diferentes expresiones motrices y la de mis compañeros y compañeras.	Actividades grupales competitivas y valorativas. Deportes específicos.	Identificación de las capacidades y habilidades para realizar actividades físicas, lúdicas y deportivas.	Fundamentación de los patrones básicos de locomoción, manipulación y equilibrio para la realización de diferentes actividades gimnásticas.	Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.
COMPETENCIA:				INDICADOR DE DESEMPEÑO:		
<ul style="list-style-type: none"> Ejecuta y combina habilidades físico-motrices con grado de complejidad, en situaciones simples y coreográficas. 				<ul style="list-style-type: none"> Incrementa las capacidades físicas, en un contexto de valoración por el cuerpo humano. Escucha y respeta las decisiones y opiniones de los demás. 		



**DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS
DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO**

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: TRES

GRADO: SEXTO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: comprender los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en práctica en su vida diaria y en actividades dancísticas y deportivas..

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Desarrolla coordinación gruesa determinada	Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades.	ATLETISMO Coordinación gruesa con diferentes grados de dificultad. Coordinación, fina (viso-manual, viso-pédica etc. Deporte específico.	Diferenciación de formas para fortalecer las capacidades físicas coordinativas utilizando los pequeños y medianos elementos.	Realización de ejercicios que fortalecen las capacidades físicas coordinativas utilizando pequeños y medianos elementos.	Asume una postura crítica, creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Identifico las expresiones motrices jugadas como una oportunidad para mejorar mi salud, mi estética y las relaciones con los demás.	CAPACIDADES FÍSICAS. resistencia, Fuerza, Velocidad, Flexibilidad, Coordinación, Equilibrio, Agilidad, Ritmo, Trabajo con elementos.	Identificación de las diferentes posibilidades de formas jugadas adquirir la condición técnica requerida en una disciplina deportiva	Realización de actividades físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas.	Incrementa las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Adquiero compromisos personales y colectivos en las diferentes prácticas, actividades y juegos que realizo con mis compañeros (as) de clase.	Respeto autocontrol aceptación, diversidad higiene corporal, mental estructural presentación personal	-Identificación de habilidades motrices, para alcanzar la superación personal.	-Demostración de las habilidades motrices, específicas de los deportes.	Reconoce las posibilidades de relacionarse con el otro y con el medio mediante el uso correcto de elementos deportivos.
COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> Respeto y define normas, roles, asumiendo tareas que se le asignan, con responsabilidad 				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Asume una postura creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas. Acata instrucciones y orientaciones de la clase con responsabilidad y respeto 		

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUARTO

GRADO: SEXTO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Comprender los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en práctica en su vida diaria y en actividades dancísticas y deportivas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Desarrolla Coordinación gruesa determinada	Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase.	JUEGOS PREDEPORTIVOS (Aplicación de valores juego limpio.) Juegos o ejercicio físico con diferentes elementos y en diferentes estructuras	Identificación de situaciones de juego, en donde se ponga en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.	Ejecución de forma adecuada de movimientos técnicos en la realización de jugadas predeterminadas	Participa en las actividades deportivas respetando las reglas y las normas básicas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo.	Actividades que fomenten el reconocimiento, el liderazgo y desempeño	Estructuración del juego colectivo, como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo.	Aplicación de la técnica y táctica deportiva para la organización del juego.	Lidera actividades que le permiten interactuar con los demás.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Comprendo y aplico hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación.	Costumbres de higiene corporal, respeto disciplina y autocuidado	-Definición de principios de higiene, cuidado personal, y reconocimiento de los diversos estilos de vida saludable para la conservación de la salud.	Aplicación de rutinas de ejercicios, para el mantenimiento del cuerpo con hábitos saludables.	Participa responsablemente en las actividades dirigidas al desarrollo físico.

<p>COMPETENCIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respeto y asume tareas motrices, combinando habilidades y capacidades en actividades lúdicas y deportivas 	<p>INDICADOR DE DESEMPEÑO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejecuta de forma adecuada los movimientos técnicos en la realización de jugadas predeterminadas. • Cumple y respeta las normas establecidas.
--	---



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: SÉPTIMO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Ejecutar de manera armónica y secuencial las habilidades motrices básicas del movimiento utilizando implementos deportivos mejorando la respiración, postura y equilibrio corporal en la realización de actividades físicas, deportivas, lúdicas y laborales como también el respeto a las normas de juego.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada.	Practico diferentes posiciones, posturas y recomendaciones para realizar tareas en mi vida diaria.	PREPARACION FÍSICA: Actividades de equilibrio en diferentes posiciones y grados de dificultad: tensión, relajación, tono postural y fuerza.	Identificación del concepto ajuste postural, tensión, relajación y capacidades físicas.	Ejecución adecuada de actividades físicas con una buena postura corporal. Respuesta a test físicos.	Realiza actividades para mejorar las capacidades físicas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas.	Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo.	Desarrollo de las múltiples posibilidades que ofrece la formación deportiva en las diferentes disciplinas.	Identificación de estrategias para el cuidado del cuerpo.	Aplicación del cuidado del cuerpo a través de las actividades físicas realizadas en clase. Aplicación de fundamentos técnicos en la actividad física.	Participa adecuadamente en actividades para el cuidado oportuno de sus hábitos de postura e higiene corporal.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Demuestro responsabilidad en el desarrollo de cada una de las prácticas, en el cuidado de los compañeros(as), y del material.	Refuerzo de la responsabilidad y el cuidado en todas las acciones del otro, los otros y lo otro. Actividades que involucren reflexiones individuales y colectivas en torno al	Identificación de técnicas y medios de relación en el entorno institucional y del hogar.	Aplicación de lenguaje corporal adecuado en la relación con los demás.	Coopera y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabajo en equipo de manera constructiva.

			respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y respetando la diferencia.			
COMPETENCIA:			INDICADOR DE DESEMPEÑO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Domina y conoce su cuerpo mostrando coordinación gruesa determinada en las actividades físicas planteadas. 			<ul style="list-style-type: none"> • Conoce y Aplica el cuidado del cuerpo en actividades físicas realizadas en clase. • Muestra buen comportamiento en salidas, actos cívicos, portando bien el uniforme. 			



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: SÉPTIMO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Conocer su estado físico, mediante la realización de pruebas físicas, que valoren las capacidades físicas, conocerlas y diferenciarlas, como desarrollarlos y mantenerlas para una mejor calidad de vida, mediante la práctica de actividades físicas, deportivas lúdicas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Comprendo el significado y el sentido de las habilidades motrices en la estructura del juego colectivo.	SALTO CON LA CUERDA Actividades deportivas valorativas	clasificación de las capacidades físicas para desempeñarse en una actividad deportiva	-Aplicación de las capacidades físicas coordinativas en la realización de diferentes actividades.	Incrementa las capacidades físicas, en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Interpreto y aplico el principio de salud desde un enfoque de bienestar individual y colectivo en las interacciones con la educación física, la recreación y el deporte.	Actividades que fomenten la reflexión e implementación de acciones para el cuidado de su salud psicofísica, y colectiva.	Conocimiento de las clases de calentamiento, su estructura y actividades a realizar. -Identificación de las habilidades motrices básicas.	-Aplicación del calentamiento general y específico en las clases prácticas programadas.	Reconoce siempre el calentamiento como aspecto fundamental en las actividades físicas, platicándolo.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Manifiesto sentimientos de respeto y afecto hacia los compañeros(as), valorando su creatividad y opinión en todas las actividades.	APLICACIÓN DEL JUEGO LIMPIO: Actividades que involucren reflexiones individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y	Identificación de las capacidades y habilidades para la realización de actividades físicas, lúdicas y deportivas.	Fundamentación de los patrones básicos de locomoción, manipulación y equilibrio para la realización de diferentes actividades físicas.	Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.

			respetando la diferencia			
COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> Realiza y combina habilidades y destrezas con grado de complejidad en actividades de coordinación viso pedica. 				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Aplica las capacidades y habilidades físicas en la realización de diferentes actividades. Escucha y respeta las decisiones y opiniones de los demás. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: TRES

GRADO: SÉPTIMO

IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: comprender los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en practica en su vida diaria y en actividades dancísticas y deportivas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Utilizo la expresión corporal y la danza como medios para mejorar mi ubicación espaciotemporal.	DEPORTES DE CONJUNTO. Énfasis en acciones colectivas: formas jugadas, juegos cooperativos,	Conocimiento de formas para fortalecer las capacidades físicas coordinativas utilizando los pequeños y medianos elementos.	Realización de ejercicios que fortalecen las capacidades físicas coordinativas utilizando pequeños y medianos elementos.	Asume una postura crítica, creativa y reflexiva en las diferentes actividades asignadas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Mejoro las capacidades fisicomotrices mediante la práctica de las habilidades motrices en los juegos deportivos y recreativos.	PREPARACION FISICA: Desarrollo de actividades ludicorecreativas propuestas por todos y cada uno de los integrantes.	Identificación de las diferentes posibilidades de formas jugadas adquirir la condición técnica requerida en una disciplina deportiva	Realización de actividades físicas, lúdicas y deportivas para mejorar las capacidades físicas.	Incrementa las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Comparto mis conocimientos y habilidades con las personas de mi entorno: familia, escuela y barrio.	APLICACIÓN DEL JUEGO LIMPIO: Actividades que involucren reflexiones individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y respetando la diferencia	-Identificación de habilidades motrices, para alcanzar la superación personal.	-demostración de las habilidades motrices, específicas de los deportes.	Reconoce las posibilidades de relacionarse con el otro y con el medio mediante el uso correcto de elementos deportivos.

COMPETENCIA:

- Respeto normas, roles, asumiendo tareas, utilizando la expresión corporal y la danza como medios para mejorar mi ubicación espaciotemporal

INDICADOR DE DESEMPEÑO:

- Realiza ejercicios que fortalecen las capacidades físicas coordinativas.
- Acata instrucciones y orientaciones de la clase con responsabilidad y respeto



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUATRO

GRADO: SÉPTIMO

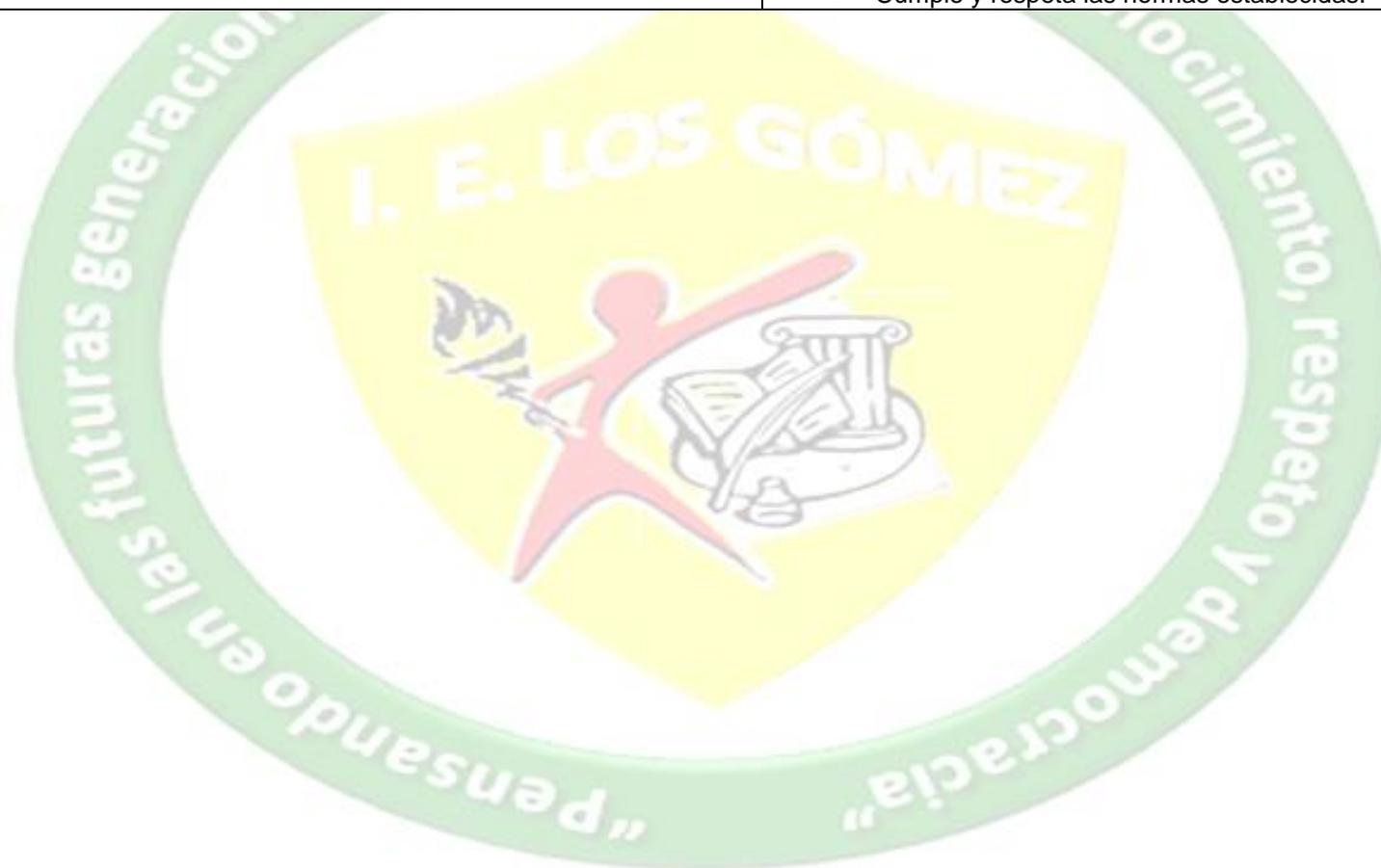
IHS: 2 horas

META POR GRADO: Al finalizar el grado los estudiantes estarán en capacidad de aplicar diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional.

OBJETIVO POR PERIODO: Comprender los conceptos de las capacidades físicas, pruebas físicas, importancia del cumplimiento a las reglas de juego, para ponerlos en práctica en su vida diaria y en actividades dancísticas y deportivas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Practico actividades lúdicas, recreativas y deportivas en la naturaleza y a través de ellas cuido y respeto el medio ambiente.	DEPORTES DE CONJUNTO. Actividades rítmico-danzarías, expresión corporal, dramatizados. Actividades que involucren la reflexión – acción sobre el cuidado del medio ambiente.	Identificación de situaciones de juego, en donde se ponga en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.	Ejecuta de forma adecuada los movimientos técnicos en la realización de jugadas predeterminadas	Participa en las actividades deportivas respetando las reglas y las normas básicas.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Afianzo habilidades motrices complejas, mediante el ejercicio, los juegos y el deporte.	DEPORTES ESPECIFICOS TORNEOS RECREATIVOS: Desarrollo de actividades ludicorecreativas propuestas por todos y cada uno de los integrantes.	Estructuración del juego colectivo, como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo.	Aplicación de la técnica y táctica deportiva para la organización del juego.	Lidera actividades que le permiten interactuar con los demás.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Valoro y práctico los juegos tradicionales como medio de formación personal, cultural y por su aporte al aprendizaje y desarrollo de	Actividades que involucren reflexiones individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y	-definición de principios de higiene, cuidado personal, y reconocimiento de los diversos estilos de vida saludable para la	Aplicación de rutinas de ejercicios, para el mantenimiento del cuerpo con hábitos saludables.	Participa responsablemente en las actividades dirigidas al desarrollo físico.

		las habilidades motrices.	cada uno con los que interactúo, valoración y respetando la diferencia	conservación de la salud.		
COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> Respetar y definir normas, roles, asumiendo tareas de responsabilidad en las actividades físicas, lúdicas y deportivas. 				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Conoce y aplica principios de cuidado personal y diversos estilos de vida saludable. Cumple y respeta las normas establecidas. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: OCTAVO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: trabajar las capacidades físico motrices a través del juego

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Identifico la coordinación y el equilibrio como elementos esenciales en el aprendizaje de las expresiones motrices.	CONDICION FISICA: Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc. y estimulaciones sensorperceptivas de diferente índole.	Identificación de los conceptos relacionados con las capacidades coordinativas básicas	Aplicación de las capacidades físicas coordinativas y de equilibrio en situaciones de juego y en ejercicios dirigidos.	Valora la práctica de las actividades físicas coordinativas y de equilibrio como base para una buena conservación de la salud.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas.	Realizo juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físico-motrices que contribuyen al mejoramiento de mi salud.	PREPARACION FISICA GENERAL: Actividades que fomenten la reflexión e implementación de acciones para el cuidado de su salud psicofísica.	Apropiación de los conceptos que integran el desarrollo de las destrezas motrices básicas.	Ejecución de los elementos motrices que integran el desarrollo de las destrezas básicas en actividades lúdicas deportivas. Aplicación de fundamentos de los deportes específicos.	Resalta la importancia de la práctica de los elementos motrices que integran el desarrollo de las destrezas básicas en actividades lúdicas deportivas.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Comprendo que las expresiones motrices son un medio de comunicación y manifestación del ser humano que le permite interactuar con los demás.	Implementación y desarrollo de múltiples acciones que promuevan reflexiones profundas individuales y colectivas en torno al respeto de sí y del otro, a las capacidades de todos y cada uno con los que interactúo, valoración y	Identificación de las normas requeridas para el desarrollo de actividades propuestas en grupo.	Aplicación de normas en las actividades motrices para el desarrollo de actividades propuestas en grupo.	Interioriza las normas requeridas para el desarrollo de actividades propuestas dentro y fuera del aula.

			respeto a la diferencia.			
COMPETENCIA:			INDICADORES DE DESEMPEÑO:			
<ul style="list-style-type: none"> • Aplica correctamente la coordinación y el equilibrio en la ejecución de juegos y ejercicios físico motrices que contribuyen al mejoramiento de la salud, la comunicación y la interacción con el otro. 			<ul style="list-style-type: none"> • Realice tareas motrices en el desarrollo de sus capacidades. • Participa con interés en las actividades planteadas portando adecuadamente el uniforme. 			



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: OCTAVO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: Afianzar las capacidades físico motrices a través de actividades lúdico deportivas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Identifico la coordinación y el equilibrio como elementos esenciales en el aprendizaje de las expresiones motrices.	DEPORTES DE CONJUNTO: BALONCESTO Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc. y estimulaciones sensoriales de diferente índole.	Identificación de las diversas tareas motrices que requieren de la coordinación y el equilibrio como elementos esenciales en el aprendizaje.	Elaboración de esquemas motrices en las cuales se integran tareas de coordinación y equilibrio aplicadas en actividades espaciales, temporales, posturales y rítmicos.	Participa en forma propositiva en la elaboración de esquemas motrices en las cuales se integran tareas de coordinación y equilibrio aplicadas en actividades espaciales, temporales, posturales y rítmicos.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Reconozco y aplico las habilidades motrices específicas en las expresiones motrices deportivas y recreativas.	Complejo el grado de dificultad en actividades de desplazamientos que involucren diferentes posturas y manejo de múltiples elementos.	Comparación de las habilidades motrices específicas en actividades deportivas y recreativas.	Elección y aplicación de las habilidades motrices específicas de acuerdo a las expresiones motrices deportivas y recreativas en las actividades asignadas dentro del proceso formativo	Demuestra interés y esfuerzo en las actividades deportivas y recreativas asignadas dentro del proceso formativo.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad.	Utilizo mis capacidades y habilidades como medios para trabajar en equipo. Reconozco y cuido el medio ambiente como un espacio propicio para práctica de las	El deporte como actividad social Comportamiento y ética deportiva.	Asimilación de normas y roles generados desde los estudiantes en forma individual y grupal.	Participación en actividades de equipo, respetando los implementos, el medio ambiente y a los demás.	Cumple con las normas establecidas y valora las diferencias individuales.

		expresiones motrices que me permitan interactuar en el contexto.				
COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> Afianza responsablemente las habilidades motrices específicas en las expresiones lúdicas y deportivas, respetando los implementos, el medio ambiente las normas de juego y a los compañeros. 			INDICADORES DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Desarrolle habilidades motrices en expresiones deportivas y recreativas. Demuestra disposición e interés en la realización de actividades lúdicas y deportivas. 			



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: TRES

GRADO: OCTAVO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: Experimentar las expresiones motrices a través de actividades rítmicas

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Vivencio y propongo esquemas motrices a partir de diferentes ritmos y acompañamiento musical.	DEPORTE DE CONJUNTO: VOLEIBOL Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc. y estimulaciones sensoriales de diferente índole.	Identificación de los elementos propios de la rítmica: pulso, acento, silencio, velocidad e intensidad	Ejecución de actividades rítmico recreativas favoreciendo el desarrollo de las habilidades coordinativas	Demuestra interés y creatividad en la realización de actividades rítmico recreativas que favorecen el desarrollo de las habilidades coordinativas
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Adquiero dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas	Complejizo el grado de dificultad en actividades de desplazamientos que involucren diferentes posturas y manejo de múltiples elementos.	Interiorización de conceptos rítmico coordinativos que permiten la ejecución de tareas deportivas y recreativas basadas en la temporalidad.	Aplicación de capacidades y habilidades motrices rítmico - coordinativas que permiten la ejecución de tareas deportivas y recreativas basadas en la temporalidad. Aplicación de fundamentos técnicos de los deportes específicos.	Participa activamente y con respeto en las actividades donde se aplican las capacidades y habilidades motrices rítmico - coordinativas permitiendo la ejecución de tareas deportivas y recreativas.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Practico valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica motrices que me permitan convivir sanamente.	Juegos cooperativos, deportes de conjunto, practica de expresiones motrices artísticas rítmico danzarias, teatro.	Proyección de valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica motriz que permita convivir sanamente.	Realización de tareas motrices en las cuales vivencie los valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto.	Asume con respeto la realización de las tareas motrices en las cuales vivencie los valores de convivencia dentro y fuera de la institución.

<p>COMPETENCIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Maneja adecuadamente las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento en actividades recreativas y deportivas ajustando valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica motrices que me permitan convivir sanamente. 	<p>INDICADORES DE DESEMPEÑO:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrolle habilidades motrices de autoconocimiento y valores solidarios. • Muestra una actitud participativa reflejando interés en el proceso de aprendizaje significativo.
--	---



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUATRO

GRADO: OCTAVO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: Desarrollar actividades motrices tendientes a mejorar su calidad de vida.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Percibo e identifico los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo, interoceptivo y exteroceptivo, que me permitan la regulación de la práctica de las expresiones motrices.	FUTSALA: Actividades que incluyen elementos espaciales, temporales, posturales, rítmicos etc. y estimulaciones sensorceptivas de diferente índole.	Percepción e identificación de los medios naturales del cuerpo y los cambios que se producen a través del ejercicio físico.	:Ejecución de actividades lúdico-deportivas a través de las cuales se perciba e identifique los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo y lo exteroceptivo.	Demuestra disposición en la participación de tareas que requieren de la identificación de los medios naturales del cuerpo y los cambios que se producen a través del ejercicio físico.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Practico las expresiones motrices para mejorar mi autoestima, autoimagen, autoconocimiento.	DEPORTE DE CONJUNTO: Combinación de actividades lúdico-recreativas propuestas por todos y cada uno de los integrantes.	Asimilación de conceptos integrados en las expresiones motrices para mejorar la autoestima, autoimagen, autoconocimiento.	Aplicación de tareas motrices tendientes al mejoramiento de la autoestima, autoimagen y el autoconocimiento.	Demuestra esfuerzo por elevar su autoestima, autoimagen y el autoconocimiento respetando los procesos individuales dentro del equipo de trabajo.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Reconozco y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante las prácticas motrices.	JUEGO COOPERATIVO: Valores para la convivencia; respeto a la diversidad.	Diferenciación de las fortalezas y las debilidades de los compañeros y compañeras durante las prácticas motrices.	Estimulación de las fortalezas y las debilidades personales y de los compañeros y compañeras durante las prácticas motrices.	Valora las fortalezas y respeta las debilidades personales y de los compañeros y compañeras durante las prácticas motrices.
<ul style="list-style-type: none"> COMPETENCIA: 				INDICADORES DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Identifique cambios físicos y fisiológicos producidos durante el ejercicio. 		

Identifica acertadamente los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo, interoceptivo y exteroceptivo, que me permitan la regulación de la práctica de las expresiones motrices valorando las fortalezas y respetando las debilidades individuales.

- Valora y practica la actividad física como base para una buena conservación de la salud.



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: NOVENO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: Aplicar las capacidades físicas en diferentes actividades propias del área.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio d su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Comprendo e interpreto conceptos relacionados con el manejo del tiempo y el espacio a través de las prácticas de las expresiones motrices.	PREPARACION FISICA GENERAL Desarrollo de actividades a partir de las expresiones motrices, enfatizando en los elementos espacio – temporales.	Apropiación del concepto temporo-espacial en acciones motrices.	Aplicación de habilidades tempo-espaciales en actividades lúdico recreativas.	Reconoce la importancia del movimiento en el cuidado del cuerpo y las normas de seguridad en las diferentes actividades motrices.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas.	Reconozco y aplico test de capacidades y habilidades que me permitan evidenciar mi condición física.	Actividades que fortalezcan las capacidades físico – motrices.	Identificación de los tipos de test y su aplicación para el reconocimiento de la condición física.	Aplicación de test físicos que permitan conocer el nivel de desarrollo de las capacidades físico-motrices.	Valora la aplicación de los test como elemento para mejorar su calidad de vida.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Me integro a los grupos deportivos recreativos y juveniles de mi ambiente social y escolar.	Jornadas deportivas, torneos inter clases.	Adquisición de normas deportivas para la aplicación en el juego recreativo y competitivo.	Aplicación de las normas deportivas en el juego competitivo y recreativo.	Asume la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como espacio de aprendizaje para la vida
COMPETENCIA:				INDICADORES DE DESEMPEÑO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Aplica capacidades y habilidades motrices, por medio de ejercicios, juegos, deportes que le permiten tener un estilo de vida saludable mejorando la interacción con las personas que le rodean. 				<ul style="list-style-type: none"> • Ejecute tareas motrices • Participa con interés en las actividades planteadas portando adecuadamente el uniforme. 		

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: NOVENO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: ejecutar sistemas de juego en las diferentes prácticas deportivas.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio d su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada	Comprendo y aplico la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que me permitan desempeñarme en un contexto.	DEPORTE DE CONJUNTO: BALONCESTO Implementación de actividades motrices, rítmicas, y recreo - deportivas haciendo énfasis en las distintas lógicas internas que le asisten a cada una.	Comprensión e interpretación de las reglas de juego en el deporte recreativo y competitivo.	ASIMILACION Y APLICACIÓN DE REGLAS DE JUEGO. Ejecución de las normas deportivas en el juego colectivo recreativo y competitivo	Socializa los conceptos deportivos en la aplicación de las reglas de juego para facilitar las relaciones interpersonales.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Reconozco y valoro las capacidades y las habilidades físicas de mis compañeros y compañeras, respetando las diferencias de género.	INTRODUCCION A PLANES DE ENTRENAMINETO Reflexiones de género sobre capacidades motrices a desarrollar.	Conceptualización y aplicación de las capacidades físicas (fuerza y flexibilidad) en el desarrollo innato de los géneros.	Elaboración de rutinas básicas y complejas para el desarrollo de las capacidades físicas.	Valoro mis capacidades física y las de mis compañeros para potencializarlas.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Asumo la práctica deportiva desde el triunfo y la derrota como un espacio de aprendizaje para mi vida cotidiana. Hago buen uso de los	Actividades lúdicas deportivas que pongan en juego la competencia y la reflexión a ella.	Apropiación de normas lúdico-deportivas aplicables para la vida cotidiana.	Realización de juegos y ejercicios apropiados que mejore la integración y la convivencia escolar.	Asumo con responsabilidad y respeto, la práctica del juego, la recreación y la educación física para la san convivencia.

		implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte.				
COMPETENCIA: Afianza las capacidades motrices específicas, mediante la práctica del deporte, mejorando la interacción con las personas que lo rodean y la ejecución técnica.				INDICADORES DE DESEMPEÑO POR PERÍODO: <ul style="list-style-type: none"> • Domine la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas. • Muestra una actitud participativa reflejando interés en el proceso de aprendizaje significativo. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: TRES

GRADO: NOVENO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERÍODO: Practicar diferentes expresiones motrices en las que demuestre cuidado por la conservación de la salud y el medio

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada.	Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos y acompañamientos musicales.	COORDINACION GENERAL SALTO CON CUERDA: Implementación de actividades motrices, rítmicas, y recreo - deportivas haciendo énfasis en las distintas lógicas internas que le asisten a cada una.	Estructuración de esquemas motrices con diferentes ritmos musicales.	Adquisición de habilidades y destrezas por medio de ritmos básicos y complejos.	Comprendo que las expresiones motrices son un medio de comunicación que le permiten inter-actuar con su entorno.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Practico diferentes expresiones motrices en medio natural, demostrando cuidado para su conservación.	PLANES DE ENTRENAMIENTO Actividades en contexto con la natural experimentando su uso y cuidado.	Interpretación de esquemas a nivel grupal con diferente grado de dificultad de acuerdo a sus habilidades expresivas.	Ejecución de rutinas motrices que permitan el desarrollo de habilidades y destrezas.	Propicio el cuidado y conservación del medio ambiente en las actividades deportivas.
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Reconozco y respeto las reglas de los juegos y cualquier práctica motriz como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y me permiten vivir en Comunidad.	Actividades que impliquen seguir instrucciones, reglas y valores sociales, respeto, tolerancia, inclusión.	Identificación de reglas y normas propias de los juegos deportivos aplicadas a los valores en la clase de educación física.	Aplicación de los valores y normas en la ejecución de tareas deportivas motrices.	Practico valores axiológicos dentro y fuera del aula a partir de los roles.
COMPETENCIA: Demuestra dominio en la aplicación de esquemas motrices a través de los diferentes ritmos practicándolos en varios ambientes naturales.				INDICADORES DE DESEMPEÑO POR PERÍODO:		
				<ul style="list-style-type: none"> Ejecute rutinas motrices que permitan el desarrollo de habilidades y destrezas en ambientes naturales apoyado en métodos de conservación del mismo. 		

	<ul style="list-style-type: none">• Muestra una actitud participativa donde refleje interés y trascendencia adquiridos en su proceso de aprendizaje significativo.
--	--



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUATRO

GRADO: NOVENO

IHS:

META POR GRADO: Afianzo y fortalezo las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que me rodean y los espacios en que habito.

OBJETIVO POR PERIODO: Reconocer las prácticas tradicionales como medio para el adecuado aprovechamiento del tiempo libre y el desarrollo de sus capacidades.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Tiene dominio de su cuerpo. Muestra Coordinación gruesa determinada.	Practico juegos tradicionales que me permiten valorar la cultura	JUEGO RECREATIVO FUTSAL Implementación de actividades motrices, rítmicas, y recreo - deportivas haciendo énfasis en las distintas lógicas internas que le asisten a cada una.	Adquisición de conocimientos sobre los juegos callejeros, tradicionales y recreativos aplicados a nuestro contexto.	Aplicación de diferentes tipos de juego para el desarrollo de sus habilidades motrices.	Fomenta el aprovechamiento del tiempo libre, ocio en la práctica de los juegos callejeros y tradicionales.
FISICOMOTRIZ	Amplía y combina habilidades con alto grado de complejidad y destrezas	Reconozco que la práctica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas	PREPARACION FISICA GENERAL Reflexión en torno a la función y beneficios de las prácticas realizadas.	Profundización de las expresiones motrices, a través del juego, el deporte y la recreación.	Construcción de nuevos esquemas motrices, para el mejoramiento de las habilidades y destrezas	Asumo con responsabilidad las tareas propuestas durante el desarrollo de la clase
SOCIOMOTRIZ	Respeto normas, define roles, asume tareas de responsabilidad	Asumo una posición crítica frente a situaciones de violencia, discriminación, irrespeto e intolerancia que se presentan durante las prácticas. Reconozco el folclor y los juegos tradicionales como medios para valorar la cultura y mejorar la integración social.	Mecanismos para manejo de conflictos, posibilidades de acuerdos y pactos. Juegos tradicionales, formas jugadas.	Identificación del folclor y los juegos tradicionales como fuente de preservación de los valores culturales	Realización de actividades que propende por el desarrollo del folclor y las tradiciones culturales	Valora la práctica de las actividades culturales, asumiendo compromisos que fortalezcan el sentido de pertenencia institucional

COMPETENCIA: Crea nuevos esquemas motrices por medio de formas jugadas para el mejoramiento de las habilidades y destrezas que conlleven a una óptima convivencia.

INDICADORES DE DESEMPEÑO POR PERÍODO:

- Utilice el folclor, los juegos tradicionales y la actividad física como fuente de preservación de los valores culturales con proyección a la comunidad.
- Valora y practica la actividad física como base para una buena conservación de la salud.



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: DECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el grado décimo, el estudiante estará con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.

OBJETIVO PERIODO: Plantear esquemas de movimientos enfocados a las actividades físico-motrices.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Valoro la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices.	COORDINACION GENERAL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO Prácticas de ritmos, tonos, expresión corporal, actividades rítmico - danzarias y dramatizados.	Comprensión de la importancia de las capacidades coordinativas en la práctica de expresiones motrices.	Aplicación y proyección de las capacidades coordinativas en las diferentes expresiones motrices.	Disfrute del trabajo y la realización del montaje de actividades rítmico danzarias.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Valoro el desarrollo de las capacidades físico-motrices como elementos fundamentales de las prácticas deportivas.	JUEGO COOPERATIVO. Organización de equipos, participación en diferentes actividades dentro y fuera de la clase.	Identificación de los diferentes sistemas de organización deportiva y actividades lúdicas dentro y fuera de la clase.	Realización, de diferentes sistemas de organización deportiva y actividades lúdicas dentro y fuera de la clase.	Lidera diferentes sistemas de organización deportiva y actividades lúdicas en su comunidad educativa.
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Participo y apoyo los programas de educación física, recreación y deporte que se promueven en mi comunidad.	JUEGO COOPERATIVO Reflexión en torno a beneficios para su calidad de vida, el de tener hábitos de prácticas deportivas y culturales dentro y fuera del colegio	Identificación y descripción de los beneficios para la calidad de vida que tienen los hábitos de prácticas deportivas y culturales realizadas dentro y fuera de la institución.	Construcción y creación de hábitos que beneficien la calidad de vida mediante las prácticas deportivas y culturales dentro y fuera de la institución.	Valora y participa en prácticas deportivas y culturales dentro y fuera del colegio como beneficio para su calidad de vida.
COMPETENCIA: • Aplica y proyecta las capacidades coordinativas en la organización de actividades lúdicas,				INDICADOR DE DESEMPEÑO: • Aplique las capacidades coordinativas en la organización de actividades.		

deportivas y culturales adecuadas a su entorno.	<ul style="list-style-type: none"> • Manifieste interés para desarrollar actividades deportivas y recreativas
---	--

DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: DECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el grado décimo, el estudiante estará con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.

OBJETIVO PERIODO: Realizar seguimiento y control de los planes de acondicionamiento físico

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. resignifica su esquema corporal	Soy consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de mi desarrollo psicosexual.	COORDINACION GENERAL SALTO CON CUERDA Prácticas de coordinación, teatro, danza, juegos de roles con alta responsabilidad teniendo en cuenta su condición de genero	Identificación de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental del desarrollo psicosexual.	Construcción de propuestas de actividades físicas que fortalezcan su desarrollo psicosexual.	Modifica sus prácticas físicas para potencializar su desarrollo psicosexual.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Reconozco los cambios morfofuncionales y sicomotores que se producen en mi cuerpo producto de mi maduración sexual.	Prácticas de múltiples actividades motrices que afiancen las habilidades físico-motrices.	Comprensión de múltiples actividades motrices que afiancen las habilidades físico-motrices.	Participación en múltiples actividades motrices que afiancen las habilidades físico-motrices.	Valora y califica su condición física en múltiples actividades que afiancen las habilidades físico-motrices.
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Reconozco otras formas de prácticas deportivas y artísticas en otras culturas y la importancia que ellas representan.	MINI TORNEOS RECREATIVOS: Reflexión en torno a prácticas deportivas nacionales, latinoamericanas, mundiales.	Identificación y descripción de la importancia de otras prácticas deportivas y artísticas en otras culturas.	Organización y categorización de la importancia de otras prácticas deportivas y artísticas de otras culturas.	Valora y compara la importancia de otras prácticas deportivas y artísticas de otras culturas.

COMPETENCIA: <ul style="list-style-type: none"> Afianza las capacidades motrices específicas, mediante la práctica del deporte, mejorando la interacción con las personas que lo rodean y la ejecución táctica del salto 				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> Participe en la construcción de proyectos de actividades físicas, deportivas y culturales. Manifieste actitud positiva por las actividades del área, 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

PERÍODO: TRES

GRADO: DECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el grado décimo, el estudiante estará con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.

OBJETIVO POR PERIODO: Aplicar los conocimientos del área en las actividades extra clase

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Reconozco la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en mi proyecto de vida saludable.	DEPORTE DE CONJUNTO:VOLEIBOL Prácticas reflexivas en torno a los beneficios de la actividad física para mi salud física y sicosocial.	Clasificación y explicación de la importancia de la actividad física para la conservación de la salud.	Creación de espacios para la reflexión en torno a la actividad física como hábito de vida saludable.	Participa activamente en actividades de reflexión sobre la importancia de la práctica de la Actividad física y los estilos de vida saludable.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Reconozco las capacidades físico-motrices como expresiones de una buena salud. Valoro la estética corporal y las capacidades físico-motrices como elementos del desarrollo humano. Soy consciente de la importancia de una práctica motriz con enfoque científico.	Prácticas motrices múltiples de orden deportivo, recreativo y artístico.	Diferenciación de prácticas motrices múltiples de orden deportivo, recreativo y artístico.	Realización de prácticas motrices múltiples de orden deportivo, recreativo y artístico.	Interpreta las normas en las prácticas motrices múltiples de orden deportivo, recreativo y artístico.
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Me comprometo con la difusión y creación de ambientes favorables para	PLANES DE ENTRENAMIENTO: Actividades que permitan	Reproducción y exposición de casos reales que propicien ambientes	Creación y aplicación de prácticas adecuadas reales que propicien ambientes	Estima y asume la difusión y creación de ambientes favorables para el desarrollo

		<p>el desarrollo de una sexualidad sana entre mis congéneres.</p> <p>Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacios públicos deportivos, entre otros, de mi comunidad.</p>	<p>identificar, utilizar y cuidar los espacio públicos de la comunidad.</p>	<p>favorables para el desarrollo de una sexualidad sana entre sus pares.</p> <p>Expresión y descripción de la importancia de las prácticas deportivas y recreativas y el uso adecuado de los espacios deportivos comunitarios.</p>	<p>favorables para el desarrollo de una sexualidad sana entre sus pares.</p> <p>Formulación y organización de proyectos dirigidos a las prácticas deportivas y recreativas para el buen uso de los escenarios deportivos comunitarios.</p>	<p>de una sexualidad sana entre sus pares.</p> <p>Participa y valora las prácticas deportivas y recreativas de los demás y colabora en el cuidado de los espacios deportivos comunitarios.</p>
<p>COMPETENCIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> Reflexiona sobre temas relacionados con los hábitos de vida saludable a través de múltiples prácticas motrices de orden deportivo, recreativo y artístico, contribuyendo a la creación de ambientes favorables para el desarrollo de la sana sexualidad entre sus pares. 				<p>INDICADOR DE DESEMPEÑO:</p> <ul style="list-style-type: none"> Reflexione frente a los hábitos de vida saludable. Participe en las diferentes actividades lúdicas y deportivas institucionales. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUATRO

GRADO: DECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el grado décimo, el estudiante estará con plena capacidad de identificar, aplicar y evaluar técnicas de movimiento acordes con las exigencias propias de las sesiones prácticas de la clase.

OBJETIVO POR PERIODO: Participar en grupos que permitan la aplicación de conocimientos del área en los diferentes contextos

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Tengo una actitud positiva para participar en actividades rítmico-danzarias.	COORDINACION GENERAL FUTSALA Formación de grupos artísticos y realización de prácticas rítmico-dancísticas de distintas regiones, y su significado para cada contexto. Formación de grupos artísticos	Reconocimiento y reproducción de diferentes expresiones rítmico danzarias de la cultura nacional.	Planeación y ejecución de diversos montajes coreográficos de danzas y ritmos nacionales.	Asume con responsabilidad su participación en las actividades rítmico danzarias.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Valoro la preparación previa para la ejecución responsable de las prácticas motrices deportivas individuales y colectivas.	PREPARACION FISICA GENERAL: Actividades que permitan la formación de hábitos adecuados de calentamiento y preparación específicos para cada practica	Clasificación de actividades que permitan la formación de hábitos adecuados de calentamiento y preparación específicos para cada practica	Aplicación de actividades que permitan la formación de hábitos adecuados de calentamiento y preparación específicos para cada practica	Reconoce la importancia de las actividades que permitan la formación de hábitos adecuados de calentamiento y preparación específicos para cada practica
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Elaboro y propongo a mi comunidad proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre y salud, con los elementos adquiridos en mi proceso educativo.	TORNEOS MIXTOS Jornadas deportivas, recreativas y culturales en la comunidad a que pertenecen.	Clasificación y selección de actividades físicas, de aprovechamiento del tiempo libre, culturales, de cuidado de la salud y apropiación de valores que benefician a la comunidad educativa.	Formulación y organización de proyectos de actividades físicas, de aprovechamiento del tiempo libre, de cultura, de cuidado de la salud y apropiación de valores que benefician a la comunidad	Valora y evalúa el impacto social derivados de la formulación y ejecución de los proyectos de actividades físicas, de aprovechamiento del tiempo libre, de cultura, de cuidado de la salud y

		Utilizo el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de valores.			educativa.	apropiación de valores y como beneficiaron a la comunidad educativa.
COMPETENCIA:				INDICADOR DE DESEMPEÑO:		
<ul style="list-style-type: none"> • Planea y ejecuta proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre, salud y cultura como estrategia para una adecuada preservación de la salud. 				<ul style="list-style-type: none"> • Planee proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre, salud y cultura. • Relacione aprendizaje con fortalecimiento de valores 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: UNO

GRADO: UNDECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el año el estudiante reconocerá la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que le permitan proyectarse a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales.

OBJETIVO POR PERIODO: Reconocer la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas a través de la aplicación de diversas estrategias grupales.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Valoro las actividades físicas que se relacionen con la expresión corporal.	COORDINACION GENERAL: planes de entrenamiento	Ilustración a otros sobre las actividades físicas que se relacionan con la expresión corporal.	Organización y presentación de grupos artísticos, teatrales, dancísticos, musicales, entre otros, a nivel institucional.	Apropiación de la ejecución a nivel institucional de actividades físicas que se relacionan con la expresión corporal.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Valoro la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas. Participo en actividades competitivas de acuerdo con mis posibilidades fisicomotrices, con sentido ético y moral.	JUEGO COOPERATIVO: Motivación y desarrollo de festivales, torneos deportivos, transversalizados por reflexiones sobre la ética individual y colectiva.	Aplicación de los conceptos de organización y desarrollo de festivales, torneos deportivos, transversalizados por reflexiones sobre la ética individual y colectiva.	Planeación y desarrollo de festivales, torneos deportivos, transversalizados por reflexiones sobre la ética individual y colectiva.	Asume la planeación y desarrollo de festivales, torneos deportivos, transversalizados por reflexiones sobre la ética individual y colectiva.
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Comprendo que la educación física, la recreación y el deporte nos permiten un intercambio cultural en los ámbitos	Reconocimiento de prácticas deportivas, recreativas de otras instituciones municipales y regionales, propendiendo	Comprensión e identificación de la importancia del intercambio cultural con diferentes ámbitos a través de las	Proyección e integración mediante intercambios deportivos y recreativos con otras instituciones a nivel regional.	Disfruta y comparte nuevas experiencias y aprendizajes mediante intercambios deportivos y recreativos con otras instituciones a nivel

		regional, nacional e internacional.	por encuentros inter-clases.	prácticas deportivas y recreativas.		regional.
COMPETENCIA: Organiza y desarrolla proyectos artísticos y deportivos a nivel institucional transversalizados por reflexiones pertinentes sobre la ética individual y colectiva.				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> • Participe en la organización y desarrollo de proyectos artísticos y deportivos a nivel institucional. • Asuma responsablemente los compromisos del área. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: DOS

GRADO: UNDECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el año el estudiante reconocerá la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que le permiten proyectarse a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales.

OBJETIVO POR PERIODO: Aplicar las expresiones motrices participando en procesos de socialización al nivel institucional.]

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Participo en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estímulo mi creatividad y mi capacidad intelectual.	VOLEIBOL: Prácticas de múltiples actividades deportivas, lúdicas y artísticas, con altos grados de dificultad técnico, táctico y logístico.	Identificación de las clases de juegos y actividades lúdicas deportivas que desarrollan la creatividad y el intelecto.	Discriminación de las prácticas lúdicas deportivas según las etapas de desarrollo.	Apoya la realización de programas ludicodeportivos con diferentes grupos de la comunidad educativa.
FISICOMOTRIZ	Afianzarlos cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Reconozco la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable. Identifico conceptos relacionados con las capacidades físico-motrices.	Procesos de complejidad en el desempeño de capacidades en el orden físico y técnico	Interiorización de procesos de complejidad en el desempeño de capacidades en el orden físico y técnico	Realización de procesos complejos en el desempeño de capacidades en el orden físico y técnico	Apropiación de procesos de complejidad en el desempeño de capacidades en el orden físico y técnico
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Practico los juegos tradicionales de mi entorno y promuevo, en los demás, la defensa del medioambiente como posibilidad de una buena salud.	Reconocimiento de prácticas motrices que se desarrollan en el entorno, extra clase y extraescolar.	Reproducción e identificación de la importancia de las prácticas lúdico-motrices tradicionales como estrategia de defensa del medio ambiente y la conservación de la salud.	Reconstrucción e incorporación en las prácticas lúdico-motrices tradicionales como estrategia de defensa del medio ambiente y la conservación de la salud.	Valora y asume como propias las prácticas lúdico-motrices tradicionales como estrategia de defensa del medio ambiente y la conservación de la salud.

COMPETENCIA: Ejecuta los fundamentos técnicos del voleibol propiciando ritmos de juego en la práctica recreativa y competitivo.

INDICADOR DE DESEMPEÑO:

- Proponga actividades creativas de intervención social en su comunidad.
- Participe activamente en la ejecución de programas de intervención social.



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: TRES

GRADO: UNDECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el año el estudiante reconocerá la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que le permitan proyectarse a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales.

OBJETIVO POR PERIODO: Identificar sus posibilidades y limitaciones frente a las expresiones motrices planteando alternativas de mejoramiento acorde con los resultados obtenidos.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Ejecuto expresiones rítmicas – danzarias más reconocidas en el entorno que habito, potenciando mi capacidad de actuación y comunicación.	DEPORTE DE CONJUNTO: Balonmano	Relación de las diversas expresiones culturales del entorno con mis capacidades comunicativas y expresivas.	Creación de cuadros escénicos con las expresiones rítmico danzarias más reconocidas en el entorno.	Proyecta a la comunidad expresiones rítmico danzarias del contexto.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Valoro y comprendo la importancia de la educación corporal como fundamento de la salud. Planeo y ejecuto un plan personal de preparación física para el mantenimiento de mi salud.	Aplicaciones de test sobre condiciones físicas y programación de actividades acorde a las necesidades, intereses y expectativas de los estudiantes.	Explicación de test sobre condición física y programación de actividades acorde a las necesidades, intereses y expectativas de los estudiantes.	Formulación de test sobre condición física y programación de actividades acorde a las necesidades, intereses y expectativas de los estudiantes.	Facilita las aplicaciones de test sobre condiciones físicas y programación de actividades acorde a las necesidades, intereses y expectativas de los estudiantes para una vida sana.
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Interpreto y aplico adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio. Valoro la participación	Reconocimiento y valoración de las lógicas internas y normas particulares de distintas	Identificación y explicación de los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio.	Interpretación y aplicación de los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio.	Valora y Interpreta la necesidad de la correcta aplicación de los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio.

		ciudadana en los diferentes programas para el desarrollo de las prácticas corporales relacionadas con la educación física, el deporte y la recreación.	disciplinas deportivas.			
COMPETENCIA: Implementa actividades de evaluación de la condición física, la expresión corporal y las normas deportivas e interpreta adecuadamente sus resultados.				INDICADOR DE DESEMPEÑO: <ul style="list-style-type: none"> • Implemente actividades de evaluación de la condición física, la expresión corporal y las normas deportivas. • Manifieste actitud proactiva frente a las actividades de la clase. 		



DISEÑO CURRICULAR POR COMPETENCIAS

DISTRIBUCIÓN DE ESTÁNDARES Y CONTENIDOS POR GRADO Y PERÍODO

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

PERÍODO: CUATRO

GRADO: UNDECIMO

IHS:

META POR GRADO: Al finalizar el año el estudiante reconocerá la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que le permitan proyectarse a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así, un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales.

OBJETIVO POR PERIODO: Proyectar los conocimientos adquiridos en el área en su entorno comunitario a través de la programación de eventos.

EJES TEMÁTICOS	COMPETENCIAS DEL ÁREA	ESTÁNDARES	CONTENIDOS TEMÁTICOS	CONCEPTUALES	PROCEDIMENTALES	ACTITUDINALES
PERCEPTIVO MOTRIZ	Muestra efectividad en los diferentes desempeños motrices. Resignifica su esquema corporal	Demuestro habilidad rítmica y argumento su importancia como elemento de la expresión corporal. Refuerzo y valoro mi identidad personal y cultural, mediante la práctica de expresiones.	TORNEOS MIXTOS Actividades múltiples de expresión corporal y refuerzo reflexivo de cada rol desempeñado.	Argumentación en diversos escenarios sobre la importancia de la expresión corporal y la identidad cultural.	Participación en diversos eventos de promoción de la identidad cultural.	Evalúa su participación en diversos escenarios sobre la importancia de la expresión corporal y la identidad cultural, resignificando su proyecto de vida.
FISICOMOTRIZ	Afianza los cambios morfo funcionales producto de su maduración sexual.	Conozco las posibilidades de mi cuerpo y a partir de ello propendo por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas.	PLANES DE ENTRENAMIENTO: Prácticas de hábitos saludables para todas y cada una de las practicas desarrolladas	Profundización de prácticas de hábitos saludables para todas y cada una de las practicas desarrolladas	Estructuración de prácticas de hábitos saludables para todas y cada una de las practicas desarrolladas	Interiorización de prácticas de hábitos saludables para todas y cada una de las practicas desarrolladas
SOCIOMOTRIZ	Refuerza todos los elementos del esquema corporal.	Promuevo la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales. Promuevo el respeto de la condición sexual, religiosa o política mediante la práctica de expresiones motrices.	Desarrollo de todo tipo de prácticas motrices transversalizadas por la educación en valores individuales y colectivos.	Definición y descripción de la importancia de todo tipo de prácticas motrices transversalizadas por la inclusión y la educación en valores individuales y colectivos.	Compilación e incorporación de todo tipo de prácticas motrices transversalizadas por la inclusión y la educación en valores individuales y colectivos.	Argumenta y asume la importancia de todo tipo de prácticas motrices transversalizadas por la inclusión y la educación en valores individuales y colectivos.

COMPETENCIA: Participa en eventos de promoción de la identidad cultural favoreciendo practicas saludables como elemento básico en el manejo adecuado de las relaciones interpersonales.

INDICADOR DE DESEMPEÑO:

- Participe en eventos de promoción de la identidad cultural.
- Valore las diversas manifestaciones culturales.

PLANES DE APOYO

PERIODO	NIVELACION	PROFUNDIZACION	RECUPERACION
1	Fomentar la participación del alumno en la clase. Trabajos en el aula Trabajos en equipos colaborativos Taller de investigación	Realización de actividades extracurriculares. Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo.	Fomentar la participación del alumno en la clase. Trabajos en el aula Trabajos en equipos colaborativos Talleres prácticos de clase
2	Realización de actividades extracurriculares.	Realización de actividades extracurriculares.	Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer.
3	Estar más pendiente de su quehacer en el aula.	Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos en el grupo. Liderar grupos de trabajo	Trabajos en el aula con ayuda de un compañero que domine el tema Trabajos en equipos colaborativos
4	Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer. Trabajos de consulta. Evaluar las actividades que mas le gusten al estudiante Trabajos en equipos colaborativos	Realización de actividades extracurriculares. Trabajos de consulta e investigación para ser expuestos al grupo Liderar grupos de trabajo	Fomentar la participación del alumno en la clase y estar más pendiente de su quehacer. Trabajos de consulta. Evaluar las actividades que más le gusten al estudiante Trabajos en equipos colaborativos

