

INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SALLE DE CAMPOAMOR



PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO PRIMERO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral educativa		I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS	
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE:: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos		20 HORAS	PRIMER PERÍODO	EXPERIENCIAS Y CONCEPTOS BÁSICOS - Coordinación: culo-manual yóculo- pédica y general - Independencia Segmentaria - Tensión y relajación global y segmentaria - Conocimiento corporal - Estilos De vida saludable	Artística: motricidad fina	601 602 603 604 605	- Identificación y nombramiento de algunos segmentos corporales - Realización e identificación de diversas formas de locomoción - Mejoramiento de la coordinación mediante el juego - Reconocimiento de su cuerpo. - Evoca hábitos de higiene, afianzando la autoestima.	Ejecutará movimientos voluntarios implicando grados de coordinación entre ellos.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Descubrirá y reconocerá las posibilidades de su cuerpo para la acción en el entorno (Aproximación) COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: SICOMOTRIZ, SOCIO-MOTRIZ, DESARROLLO DEL PENSAMIENTO COMUNICACIÓN GESTUAL, CREATIVIDAD, PARAXEOLÓGICA.	
		20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	CONDUCTAS SICOMOTORAS ELEMENTALES * Conocimiento Corporal * Lateralidad * Orientación espacial * Equilibrio en posiciones básicas. * Imagen corporal	Ciencias Naturales: el cuerpo humano y sus funciones. Artística: motricidad fina y ubicación espacial	606 607 608 609 610	❖ Identificación del lado derecho e izquierdo ❖ adquisición de una buena ubicación espacio-temporal ❖ aplicación de habilidades para mejorar el equilibrio ❖ Posición adecuada del control corporal ❖ Participación de actividades lúdicas para mejorar la lateralidad	Identificará segmentos corporales y sus funciones elementales aplicándolas en la orientación espacial.		
		20 HORAS	TERCER PERÍODO	PERCEPCIÓN RÍTMICA BÁSICA * Expresión corporal * Ajuste Postural * Movimientos rítmicos y Pequeños elementos * Percepción Rítmica básica. * Ritmo y movimiento	Artística: Creatividad y originalidad y ubicación. Ciencias Naturales: Los órganos de los sentidos	611 612 613 614 615	- Identificación de su cuerpo como medio de comunicación - Realización de ejercicios posturales - Mejoramiento de su expresión rítmica con estímulos musicales - Creación de movimientos rítmicos basada en estímulos musicales - Demuestra en rondas y juegos de imitación las diferencias detención y relajación	Expresará corporalmente emociones, situaciones escolares de manera creativa.		
		20 HORAS	CUARTO PERÍODO	HACIA LA PROYECCIÓN ESPACIAL - Independencia funcional - de segmentos - Percepción temporal y espacial - Control corporal y equilibrio - Coordinación en trayectorias, distancias, altura y profundidad. - Juegos tradicionales y de la calle	Artística: motricidad fina y ubicación espacial, coordinación	616 617 618 619 620	- Ejecución de cambios de dirección según estímulo dado - Realización de movimientos conscientes y voluntarios - Adaptación de una adecuada postura en actividades físicas - Mejoramiento para recorrer distancias en el menor tiempo * Juego en grupo y construye las normas - Realización de ejercicios cambiando su trayectoria a una orden dada	Realizará armónicamente las formas básicas de movimientos y tareas motrices propuestas.		

GRADO SEGUNDO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral educativa		I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS	
PROYECTOS Y ACTIVIDADES: TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter.-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos		20 HORAS	PRIMER PERÍODO	INTEGRACIÓN DE EXPERIENCIAS Y CONCEPTOS BÁSICOS ❖ Coordinación dinámica general: ❖ Coordinación fina ❖ Coordinación gruesa ❖ Concepto de continuidad y secuencia. ❖ * Estilos de vida saludable	Artística: motricidad fina y ubicación espacial Matemáticas: secuencias	601 602 603 604 605	• Diferenciación con claridad lado derecho e izquierdo • Incremento de la coordinación óculo-manual y óculo-pédica. • Integración secuencial de movimientos en ejercicios. • Mejoramiento de la motricidad fina con tareas manuales. • Realiza combinaciones de movimientos corporales.	Ejecutará movimientos voluntarios implicando mayor coordinación entre ellos.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Descubrirá y reconocerá las posibilidades de su cuerpo para la acción en el entorno (Aproximación) COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio motriz, desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica	
		20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	CONDUCTAS SICOMOTORAS ELEMENTALES ❖ Equilibrio estático y dinámico ❖ Equilibrio en altura y profundidad ❖ Concepto temporal espaciales: simetría y simultaneidad ❖ * Coordinación óculo- manual	Artística: simetría, ubicación espacial	606 607 608 609 610	• Integración de movimientos • secuenciales sobre desplazamiento • Diferenciación de conceptos disimetría y simultaneidad • Mejoramiento de su equilibrio estático y dinámico • Realización de ejercicios óculo manuales	Identificará segmentos corporales y sus funciones elementales aplicándolas en la ubicación espacio-temporal.		
		20 HORAS	TERCER PERÍODO	PERCEPCIÓN RÍTMICA BÁSICA ❖ Independencia segmentaria: brazos y piernas ❖ Control respiratorio: tensión y relajación ❖ Expresión corporal ❖ Iniciación a la expresión rítmica ❖ * Rondas y canciones infantiles	Ciencias Naturales: la respiración Artística: creatividad y originalidad	611 612 613 614 615	❖ Integración del ritmo y movimiento al estímulo musical ❖ Comunicación con su cuerpo a través del movimiento ❖ Aplicación de una buena coordinación general para su edad ❖ Realización de ejercicios de tensión y relajación ❖ Construcción de cuadros lúdicos, a partir de las rondas y canciones infantiles.	Expresará corporalmente emociones y situaciones de la vida escolar de manera creativa.		
		20 HORAS	CUARTO PERÍODO	INICIACIÓN A DESTREZAS ELEMENTALES ❖ Control corporal ❖ Conductas motoras básicas ❖ Concepto temporo- espacial ❖ velocidad	Ciencias Sociales: ubicación espacial	616 617 618 619 620	❖ Comprensión y aplicación normas de seguridad en clase ❖ mejoramiento del equilibrio y coordinación en tareas gimnásticas ❖ adecuación del control corporal ❖ ejecución de ejercicios ante una orden dada ❖ Realiza saltos consecutivos con giros y desplazamientos.	Realizará armónicamente las formas básicas de desplazamiento y las tareas motrices propuestas.		

GRADO TERCERO

I. H		P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS	
20 HORAS		PRIMER PERÍODO	COORDINACIÓN Y JUEGOS CON ELEMENTOS * Coordinación general * Coordinación óculo-manual y óculo-púdica * Manejo de la cuerda * Dominio de la pelota * Coordinación y ritmo	Artística: motricidad y ubicación	601 602 603 604 605	- Realización y desplazamiento continuo con soga - Realización de esquemas coreográficos con las cintas. - Identificación de los tipos descoordinación - Combinación de ejercicios con la pelota. - Ejecución de trabajos coordinativos con aros	Establecerá relaciones dinámicas entre su movimiento y la utilización de pequeños elementos mejorando su coordinación.	COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Utilizará el entorno como el lugar de realización de sus posibilidades corporales a partir de iniciativas propias (Aproximación
20 HORAS		SEGUNDO PERÍODO	EQUILIBRIO Y EXPERIENCIAS GIMNÁSTICAS * Control Corporal en rollos y giros * Equilibrio en posiciones invertidas * Iniciación metodológica para rollos * Rollo adelante y atrás. * Estilos de vida saludable	Artística: Coordinación óculo-manual y ubicación	606 607 608 609 610	- Ejecución de ejercicios metodológicos para gimnasia - Dominio de su cuerpo en la realización de rollos - Aplicación de normas de seguridad para ejercicios gimnásticos - Realización del rollo adelante y atrás. - Ejecución de hábitos higiénicos y alimenticios saludables.	Aplicará normas de seguridad en la realización de ejercicios relacionados con el equilibrio y control corporal		
20 HORAS		TERCER PERÍODO	EXPERIENCIAS GIMNÁSTICAS BÁSICAS INDIVIDUALES * Control Corporal e Iniciación * Metodológica y seguridad * Parada de manos * Arco * Rueda Lateral o vuelta estrella * Control respiratorio y toma de pulso	Artística: coordinación óculo-manual y ubicación	611 612 613 614 615	- Realización adecuada de rueda lateral y arco - Realización adecuada de parada de manos - Aplicación de las normas de seguridad - Participación ordenada en ejercicios de gimnasia básica - Identificación de los lugares para la toma de pulso	Aplicará normas de seguridad en la realización de ejercicios relacionados con el equilibrio y control corporal		
20 HORAS		CUARTO PERÍODO	EXPRESIÓN CORPORAL EXPRESIÓN RÍTMICA Iniciación a la danza: * bambuco * juegos * Expresión rítmica * Iniciación a la danza: * bambuco * juegos	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: La comunicación Sociales: regiones colombianas y su cultura	616 617 618 619 620	- Creación y expresión de movimientos rítmicos - Mejoramiento de su expresión rítmica en el trabajo con diferentes melodías - Identificación de algunos bailes folclóricos Colombianos - Combinación de la coordinación y el ritmo - Coordinación dinámica para su edad.	Asumirá la motricidad como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores enriqueciendo su aprendizaje y el trabajo de equipo		

GRADO CUARTO

PROYECTOS TRANSVERSALES:El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa									
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE:*Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter -clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos									
I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS		
20 HORAS	PRIMER PERÍODO	EXPERIENCIAS BÁSICAS * Lanzamiento de pelota y bastón * Salto de longitud y altura * Técnica de la carrera * Combinaciones de salto, carrera y lanzamiento. * Control respiratorio y toma de frecuencia	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	601	- Ejecuta adecuadamente saltos y lanzamientos - Mejora la técnica de la carrera - Investiga y analiza sobre el triatlón escolar - Participa ordenadamente de pruebas del triatlón escolar - Identificación de lugar y forma de la toma de frecuencia.	Aplicará el concepto de triatlón escolar en la realización de prácticas motrices con miras a mejorar sus habilidades físicas.	COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Experimentará y organizará las posibilidades del movimiento con un fin determinado (Aproximación)	
				602					
				603					
				604					
				605					
20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	EXPERIENCIAS GIMNÁSTICAS * Ejercicios con pequeños elementos * Técnica de rollo adelante y atrás * Ejercicios PRE-gimnásticos * Arco, parada de manos, rueda lateral * Actividades grupales y construcción de la norma	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	606	- Realización de ejercicios con pequeños aparatos - Realización correcta rollo adelante y atrás - Realización adecuada parada de manos - Aplicación de normas de seguridad en ejercicios gimnásticos. - Ejecución de actividades demostrando la capacidad de trabajar en equipo.	Ejecutará coordinadamente patrones básicos de movimiento y conservará su equilibrio en la ejecución de ellos.			
				607					
				608					
				609					
				610					
20 HORAS	TERCER PERÍODO	INICIACIÓN A LOS PREDEPORTIVOS * Baloncesto * Voleibol * Ajedrez * Tenis de mesa * Futbol	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	611	- Ejecución de movimientos donde pone en práctica los diferentes pases - Participación de juegos pre deportivos - Participación activa en las diferentes clases - Conocimiento del concepto de cada una de las disciplinas deportivas - Realización adecuada de los ejercicios propuestos	Asumirá positivamente la victoria o la derrota en actividades PRE-deportivas respetando las normas de juego			
				612					
				613					
				614					
				615					
20 HORAS	CUARTO PERÍODO	EXPRESIÓN RÍTMICA * Pre dancísticos * Formas jugadas de las danzas * Bailes típicos Colombianos: Cumbia, guabina, Merengue y porro * Diseño coreográfico. * Creatividad y expresión corporal	C. SOCIALES: En cuanto a las generalidades de las Regiones Colombianas y su aspecto cultural. ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616	- Identificación de melodías y bailes típicos Colombianos - Participación en el montaje de bailes típicos en grupo - adquiere coordinación y fluidez en el movimiento - Ejecución de ejercicios rítmico-dancísticos. * Ejecución de movimientos rítmicos combinando sonidos corporales y movimientos.	Asumirá la motricidad como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores enriqueciendo su aprendizaje y el trabajo de equipo.			
				617					
				618					
				619					
				620					

GRADO QUINTO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa									
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter.-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos									
I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS		
20 HORAS	PRIMER PERÍODO	EXPERIENCIAS BÁSICAS SOBRE EL TRIATLÓN * Lanzamiento del bastón y la pelota * Técnica de carrera, salto y lanzamientos * Iniciación al atletismo * Carrera de obstáculos. * Habilidades básicas en el triatlón	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	601 602 603 604 605	- Investigación y análisis de las generalidades del atletismo - Aplicación de experiencias de carrera, salto y lanzamiento - Ejecución de saltos con facilidad y precisión - Realización adecuada de la técnica de la carrera. - Ejecución de movimiento donde pone en práctica fuerza, velocidad, resistencia.	Vivencia experiencias de iniciación atlética como oportunidad para mejorar sus capacidades físicas y descubrir habilidades deportivas.	COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica (Aproximación)	ESTÁNDAR CURRICULAR: Experimentará y organizará las posibilidades del movimiento con un fin determinado.	
20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	GIMNASIA BÁSICA * Técnica de la gimnasia básica individual * Gimnasia grupal * Manejo de pequeños elementos * Destrezas colectivas con Bastones. * Gimnasia con cinta	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	606 607 608 609 610	- Creación de figuras gimnásticas en grupo - Investigación y análisis de temas de gimnasia - Conocimiento y aplicación de normas de seguridad para ejercicios de gimnasia - Aplicación de responsabilidad al trabajar en grupo. * Utiliza con autonomía pequeños elementos. (pelotas, cuerdas, aros, bastones en actividades rítmicas.	Participará activamente en el trabajo de grupo, expresando ideas, sentimientos y valores analizados en la realización de actividades de gimnasia			
20 HORAS	TERCER PERÍODO	FORMAS JUGADAS DERIVADAS DEL DEPORTE * PRE- deportivos * Formas jugadas del baloncesto * Formas Jugadas del voleibol * Forma jugadas del tenis de mesa. * Dominio del balón	Artística: ubicación, creatividad y originalidad	611 612 613 614 615	- Ejecución de movimientos coordinados con pequeños elementos - Realización de tareas, consultas sustentación - Analización de normas de juego comparación con el deporte - Ejecución de las diversas formas de coger la raqueta. - Presentación de talleres prácticos sobre pases y conducción del balón.	Valora la práctica y la competencia deportiva como elemento para su desarrollo personal y la integración social.			
20 HORAS	CUARTO PERÍODO	EXPRESIÓN RÍTMICA * Iniciación PRE- dan cística * Bailes Colombianos: Joropo, bambuco, cumbia * Bailes Populares: merengue, tropical, porro * Diseño coreográfico. * Combinación de ritmos y movimientos	C. SOCIALES: En cuanto a las generalidades de las Regiones Colombianas y su aspecto cultural. ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616 617 618 619 620	- Coordinación en el movimiento. - Realización de coreografías de bailes populares - Manifestación de interés por experiencias rítmico- deportivas - Participación de juegos pre deportivos * Ejecuta esquemas de diferentes bailes y ritmos musicales	Asociará patrones de movimiento como medio para mejorar la expresión corporal impulsando la valoración de nuestra cultura,			

GRADO SEXTO

PROYECTOS TRANSVERSALES		IH	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS AREAS	CODIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARAMETROS	
PROYECTOS TRANSVERSALES PROYECTOS Y ACTIVIDADES		20 HORAS	PRIMER PERIODO	❖ CUALIDADES FISICAS • Concepto y aplicación • Beneficios de la actividad física • Acondicionamiento físico • Actividad lúdica	❖ Ciencias naturales: fisiología del sistema cardio-respiratorio	601 602 603 604 605	❖ Conocimiento del concepto de las cualidades físicas ❖ Ejecución de ejercicios con y sin aparatos gimnásticos ❖ Participación activa en las actividades lúdicas ❖ Mejoramiento de la condición física general ❖ Aplicación de las cualidades físicas en las disciplinas deportivas	❖ Mejorará la condición física general a través de la práctica sistemática del ejercicio y las aplicará a las disciplinas deportivas	COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA.	ESTÁNDAR CURRICULAR
		20 HORAS	SEGUNDO PERIODO	❖ BALONCESTO • Reseña histórica y reglamento • Juegos predeportivos • Fundamentación técnica, juego de baloncesto • Acondicionamiento físico y lesiones del deportista • Actividad lúdica	❖ Cívica y urbanidad: interiorización de la norma	606 607 608 609 610	❖ Reconocimiento de la historia y de las normas básicas. ❖ Iniciación en el baloncesto a través de juegos predeportivos ❖ Realización de juegos de baloncesto aplicando la técnica ❖ Elevación del rendimiento a partir de la práctica ❖ Interiorización y socialización a partir de la lúdica	❖ Realizara juego de baloncesto aplicando las reglas básicas		
		20 HORAS	TERCER PERIODO	❖ ATLETISMO • Reseña histórica y reglamento • Pruebas de pista y campo • Mantenimiento físico e hidratación y deporte • Actividad lúdica	❖ Transito: movilidad dentro y fuera de la institución educativa	611 612 613 614 615	❖ Reconocimiento de la historia del atletismo y los juegos olímpicos. ❖ Aplicación de las reglas básicas del atletismo como disciplina ❖ Realización de las pruebas de pista y campo ❖ Mantenimiento físico general para el atletismo ❖ Participación en actividades lúdicas y deportivas.	❖ Comprenderá la importancia del atletismo poniéndolo en práctica a través de las diferentes pruebas atléticas la práctica sistemática del ejercicio		
		20 HORAS	CUARTO PERIODO	❖ Voleibol • Reseña histórica y reglamento. • Juegos predeportivos • Fundamentación técnica • Mantenimiento físico y deporte y nutrición • Actividad lúdica	❖ Ética: vivencia y puesta en practica de los valores éticos	616 617 618 619 620	❖ Comprensión de la historia del voleibol y algunas reglas. ❖ Iniciación en el voleibol a través de juegos predeportivos ❖ Ejecución técnica de los fundamentos del voleibol ❖ Promoción y participación del deporte escolar ❖ Conocimiento de la importancia de la lúdica como actividad.	❖ Ejecutará de acuerdo a la técnica los fundamentos del voleibol		

GRADO SÉPTIMO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa				CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS	
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo inter.-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos	I.H	P								
	20 HORAS	PRIMER PERÍODO		ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ❖ Capacidades coordinativas ❖ Resistencia aeróbica, anaeróbica ❖ Fuerza y velocidad ❖ flexibilidad	Ciencias Naturales: función del sistema Respiratorio Gasto energético Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	601 602 603 604 605	❖ Comprensión de la definición y aplicación de las cualidades físicas ❖ Mejoramiento de su resistencia cardiovascular con su trabajo físico ❖ Adquisición de la resistencia anaeróbica y aplicación en los deportes ❖ Mejoramiento de su fuerza , velocidad y flexibilidad con el ejercicio ❖ Participación en la practica de la actividad física	Comprenderá y aplicara las diferentes cualidades físicas	ESTÁNDAR CURRICULAR: Aplicará eficientemente soluciones de movimiento en practicas físico-deportivas (Aproximación) COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica	
	20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO		PRACTICA DEPORTIVA ❖ Fundamentacion teórica: historia importancia y reglas principales del baloncesto, tenis de mesa y ajedrez ❖ Juegos predeportivos al baloncesto ❖ Fundamentacion técnica del baloncesto , tenis de mesa y ajedrez	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	606 607 608 609 610	❖ Comprensión de la importancia y reglamentación del baloncesto ❖ Adquisición de la fundamentación técnica del baloncesto. ❖ Reconocimiento de la importancia y la historia del ajedrez y el tenis de mesa ❖ Aplicación de la técnica de deportes individuales como: ajedrez y tenis de mesa en acciones reales de juego. ❖ Comprensión de la importancia de la actividad física para la salud.	Practicará fundamentos técnicos del baloncesto, el ajedrez y el tenis de mesa y los aplicara en acciones reales de juego		
	20 HORAS	TERCER PERÍODO		PRATICA DEPORTIVA ❖ Fundamentación teórica historia e importancia del atletismo. ❖ Pruebas atléticas (carreras saltos y lanzamientos) ❖ Fundamentación teórica y técnica del voleibol ❖ Juegos predeportivos. Al voleibol ❖ Movimientos de las articulaciones del cuerpo	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación Ciencias naturales: Anatomía, sistema osteo - muscular	611 612 613 614 615	❖ Reconocimiento de la historia y la importancia del atletismo. ❖ Adquisición de la técnica del atletismo para la ejecución de las pruebas atléticas. ❖ Iniciación de la técnica del voleibol con juegos predeportivos. ❖ Adquisición de la fundamentacion técnica del voleibol y fútbol ❖ Comprensión de los diferentes movimientos que se originan en las articulaciones	Ejecutara adecuadamente los gestos técnicos de las diferentes pruebas atléticas y del voleibol		
	20 HORAS	CUARTO PERÍODO		EXPRESIÓN RÍTMICA Y DEPORTIVA ❖ Fundamentacion teórica de la gimnasia con u sin aparatos ❖ Predeportivos al softbol ❖ Fundamentación técnica del softbol ❖ Diseño coreográfico ❖ Bailes populares	C. SOCIALES: En cuanto a las generalidades de las Regiones Colombianas y su aspecto cultural. ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616 617 618 619 620	❖ Adquisición de la fundamentacion técnica de la gimnasia ❖ Ejecución del predeportivo al softbol (kidbol) ❖ Adquisición de la técnica del sóftbol ❖ Presentación de coreografías grupales ❖ Manifestación por experiencias rítmicas	Aplicará el aprendizaje de la técnica del softbol y comprenderá su reglamento. Organizará coreografías individuales y grupales gimnásticas y de bailes		

GRADO OCTAVO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa		PROYECTOS Y ACTIVIDADES: TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter.-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos		I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS	
		20 HAS	PRIMER PERÍODO	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO		❖ Capacidades coordinativas ❖ Resistencia aeróbica , anaeróbica ❖ Fuerza y velocidad ❖ flexibilidad	Ciencias Naturales: función del sistema Respiratorio Gasto energético Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	601 602 603 604 605	❖ Aplicación de las cualidades físicas a las disciplinas deportivas ❖ Mejoramiento de la resistencia aeróbica y anaeróbica ❖ Mejoramiento del desarrollo muscular ❖ Mejoramiento de la velocidad y la flexibilidad. ❖ Identificación de los conceptos teóricos prácticos de la resistencia	Realizará ejercicios aumentando progresivamente la carga de trabajo	ESTÁNDAR CURRICULAR: Aplicará eficientemente soluciones de movimiento en practicas físico-deportivas (Aproximación) COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica.	
		20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA		❖ Fundamentacion teórica y técnica del baloncesto ❖ Fundamentacion técnica del tenis de mesa y ajedrez ❖ Ejercicio cardio-respiratorio ❖ Capacidades físicas	C. NATURALES: se relaciona con esta área en el tema de nutrición humana, aquí se aborda más desde el rendimiento en la actividad física y como prevención y cuidado de la salud.	606 607 608 609 610	❖ Valoración de la práctica de la actividad física como medio de conservación de la salud ❖ Afianzamiento de los gestos técnicos del baloncesto ❖ Realización de ejercicios cardio-respiratorios ❖ Adquisición de los fundamentos técnicos y teóricos del tenis de mesa y el ajedrez ❖ Mejoramiento de sus capacidades físicas con el ejercicio	Demostrará el grado de progreso en la ejecución de los gestos técnicos de los deportes trabajados		
		20 HORAS	TERCER PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA		❖ Fundamentación teórica: historia e importancia de los juegos olímpicos. ❖ Fundamentación de las pruebas atléticas ❖ Fundamentacion teórica y técnica del voleibol	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	611 612 613 614 615	❖ Comprensión de la historia e importancia de los juegos olímpicos y las pruebas atléticas. ❖ Adquisición de la fundamentacion técnica del atletismo ❖ Iniciación en la disciplina del voleibol con juegos predeportivos. ❖ Adquisición de los fundamentos teorico - técnicos del voleibol ❖ Valoración de las diferentes expresiones motrices.	Ejecutará las diferentes pruebas atléticas trabajadas en clase Aplicará los golpes técnicos del voleibol en acciones de juego		
		20 HORAS	CUARTO PERÍODO	EXPRESIÓN RÍTMICA		❖ Predeportivos al sóftbol ❖ Fundamentacion teórica y técnica del softbol ❖ Fundamentación teórica en primeros auxilios y lesiones del deportista. ❖ Gimnasia con pequeños elementos ❖ Juegos lúdicos-recreativos	C. SOCIALES: En cuanto a los aspectos culturales de América. ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616 617 618 619 620	❖ Iniciación en la disciplina del sóftbol con juegos predeportivos. ❖ Adquisición de los fundamentos teóricos y técnicos del sóftbol. ❖ Aplicación de la técnica de la gimnasia con pequeños elementos ❖ Comprensión y aplicación de los primeros auxilios en las lesiones deportivas. ❖ Utilización del juego como medio de integración grupal	Demostrará el aprendizaje técnico del softbol		

GRADO NOVENO

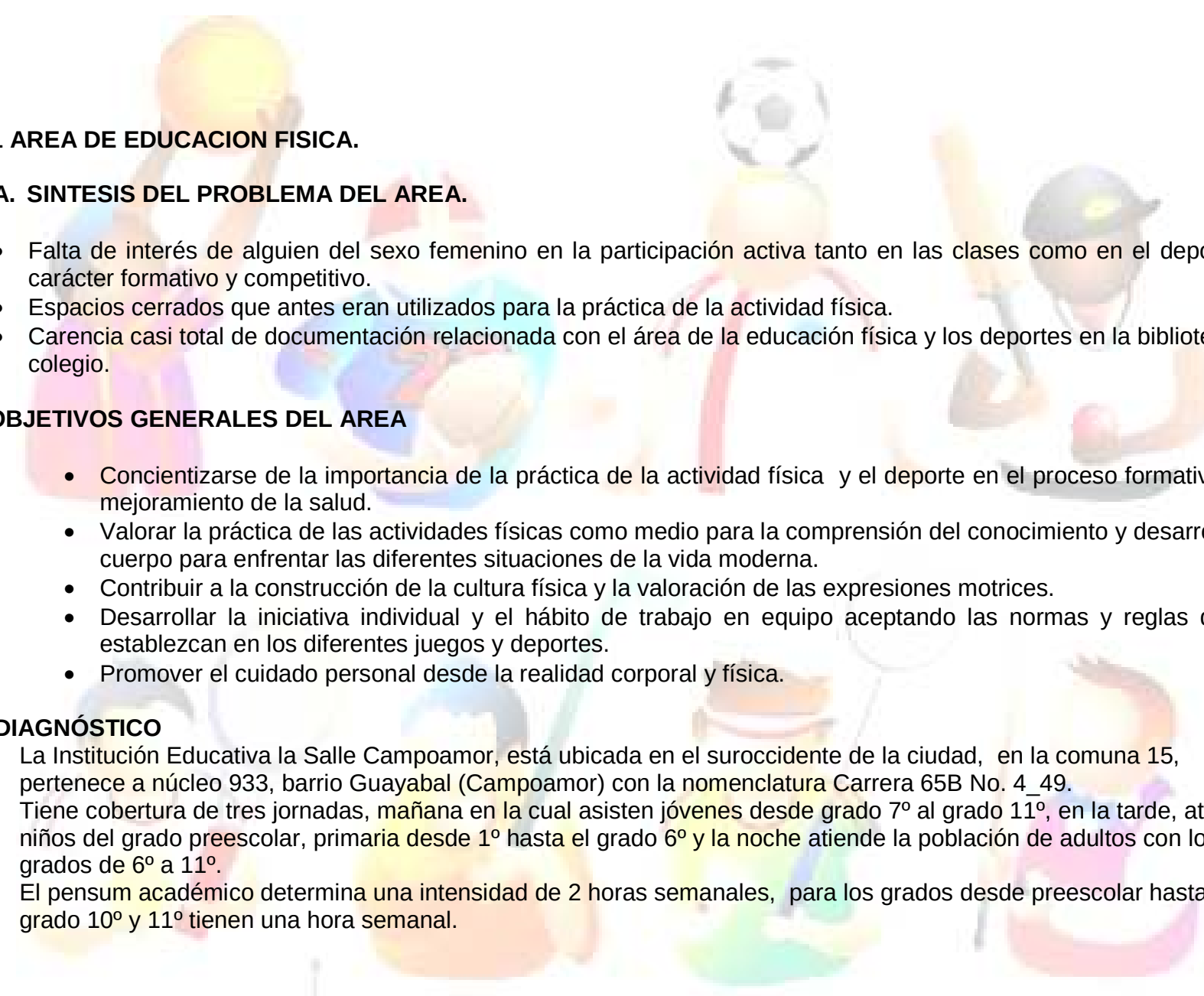
PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa									
PROYECTOS Y ACTIVIDADES: TIEMPO LIBRE:*Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos									
I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS		
20 HORAS	PRIMER PERÍODO	PREPARACIÓN FÍSICA ❖ Potencia aeróbica y anaeróbica ❖ Capacidad aeróbica y anaeróbica ❖ Resistencia a la fuerza ❖ Flexibilidad activa y pasiva	Ciencias Naturales: función del sistema Respiratorio Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	601	❖ Mejoramiento de la capacidad y potencia aeróbica y anaeróbica	Demostrará el progreso alcanzado de las capacidades físicas y fisiológicas del organismo mediante actividades físicas	COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Aplicará eficientemente soluciones de movimiento en prácticas físico-deportivas (Aproximación)	
				602	❖ Mejoramiento de la capacidad muscular para vencer o mantener una resistencia				
				603	❖ Mejoramiento de la amplitud de movimiento de las articulaciones				
				604	❖ Realización de ejercicios de flexibilidad				
				605	❖ Aplicación del concepto de las cualidades físicas en las diferentes disciplinas deportivas.				
	SEGUNDO PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA ❖ Técnica ofensiva y defensiva del baloncesto ❖ Técnica ofensiva y defensiva en el voleibol ❖ Lesiones deportivas : fracturas esguinces , desgarres ❖ Ejercicio de mantenimiento físico	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación Ciencias Naturales: Anatomía y fisiología de las articulaciones	606	❖ Afianzamiento de la técnica ofensiva y defensiva del baloncesto.	Ejecutará de forma correcta los gestos técnicos de baloncesto y los aplicará en situaciones de juego Comprenderá y aplicara los conceptos de las lesiones deportivas y primeros auxilios			
				607	❖ Comprensión del reglamento de baloncesto aplicándolo a situaciones reales de juego				
				608	❖ Adquisición de los principios tácticos del baloncesto				
				609	❖ Comprensión del concepto y características de las lesiones deportivas				
				610	❖ Aplicación de las normas para la realización de ejercicios				
TERCER PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA ❖ Fundamentación técnica del voleibol ❖ Principios tácticos del voleibol ❖ Lesiones deportivas: luxaciones, tendinitis, bursitis ❖ Calentamiento físico	Ciencias Naturales: Anatomía y fisiología de las articulaciones Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	611	❖ Afianzamiento de la técnica del voleibol	Ejecutará de forma correcta los gestos técnicos del voleibol y los aplicará en situaciones reales de juego. Comprenderá y aplicara los conceptos de las lesiones deportivas y primeros auxilios				
			612	❖ Iniciación en los principios tácticos del voleibol					
			613	❖ Comprensión de las reglas principales del voleibol y su aplicación en situaciones reales de juego.					
			614	❖ Aplicación y comprensión de primeros auxilios en lesiones deportivas					
			615	❖ Reconocimiento de la importancia del calentamiento antes del ejercicio					
CUARTO PERÍODO	EXPRESIONES RÍTMICAS ❖ Fundamentación teórica y técnica del softbol ❖ Fundamentación técnica del fútbol ❖ Fundamentación teórica sobre la drogadicción, el alcoholismo y el tabaquismo y su incidencia en el deporte y la actividad física ❖ Aeróbicos ❖ Rumba aeróbica	ETICA Y VALORES: La autoestima y la autonomía ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616	❖ Iniciación en la disciplina del softbol con juegos predeportivos.	Ejecutará de forma correcta los gestos técnicos del softbol y del fútbol y los aplicará en situaciones de juego. Comprenderá aspectos relacionados con la autoestima y la autonomía				
			617	❖ Adquisición de los fundamentos teóricos y técnicos del softbol.					
			618	❖ Mejoramiento de los gestos técnicos del fútbol					
			619	❖ Comprensión de la incidencia negativa del alcoholismo, la drogadicción y el tabaquismo en el deporte.					
			620	❖ Creación y expresión de los movimientos rítmicos					

GRADO DÉCIMO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa									
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos									
I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS		
20 HORAS	PRIMER PERÍODO	CUALIDADES FÍSICAS CONDICIONALES ❖ Beneficios del ejercicio físico ❖ Aeróbicos ❖ Ejercicios de tonificación ❖ Velocidad de desplazamiento de reacción contráctil y resistencia a la velocidad.	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación Ética: Reconocimiento de valores	601 602 603 604 605	❖ Mejoramiento de cada una de las cualidades físicas condicionales ❖ Concientización de la importancia de la actividad física para la salud ❖ Fortalecimiento de los diferentes grupos musculares ❖ Aplicación de los ejercicios vistos en actividades cotidianas. ❖ Conocimiento de las normas propuestas	Ejecutara actividades físicas que involucren las cualidades físicas aumentando progresivamente la intensidad y volumen de la carga.	ESTÁNDAR CURRICULAR: Realizará con calidad y eficiencia movimientos corporales con un fin establecido. COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica (Aproximación)		
20 HORAS	SEGUNDO PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA ❖ Técnica ofensiva del voleibol ❖ Técnica defensiva del voleibol ❖ Ejercicios de resistencia. ❖ Identidad de géneros	C. NATALES: Hace relación al componente óseo-muscular del cuerpo humano, en especial en su funcionalidad en el ejercicio físico y la adopción correcta de posturas corporales.	606 607 608 609 610	❖ Mejoramiento de las habilidades y destreza para la ejecución de la Técnica de voleibol ❖ Comprensión y aplicación de los principales gestos tácticos del voleibol ❖ Combinación de los fundamentos técnicos en acciones de juego ❖ Interpretación de los conceptos teóricos del voleibol. ❖ Elaboración de consultas sobre sexualidad	Ejecutara técnicamente los fundamentos de disciplina deportivos trabajadas(voleibol.)			
20 HORAS	TERCER PERÍODO	PRACTICA DEPORTIVA ❖ Técnica ofensiva del baloncesto ❖ Principios tácticos del baloncesto ❖ Ejercicios de fortaleza ❖ Finanzas para el cambio(el ahorro)	Ciencias Naturales: sistema Osteo-muscular	611 612 613 614 615	❖ Ejecución de los diferentes gestos tácticos del baloncesto en acciones de juego ❖ Realización de ejercicios que permitan mejorar su condición física ❖ Aplicación de los principios tácticos del baloncesto ❖ Fortalecimiento de la necesidad de ahorrar. ❖ Participación en actividades lúdicas	Aplicara los principios tácticos del, baloncesto en acciones reales de juego			
20 HORAS	CUARTO PERÍODO	EXPRESIONES RÍTMICAS ❖ Historia de las danzas colombianas ❖ Flexibilidad activa y pasiva ❖ Ejercicios cardio-respiratorio ❖ Educación vial (el motociclista)	C. SOCIALES: En cuanto a los aspectos culturales de influencia mundial. ESPAÑOL Y ARTÍSTICA: En temas de Expresión corporal, danza y expresiones artísticas.	616 617 618 619 620	❖ Manifestación de interés por la historia de la danza ❖ Valoración de los ejercicios propuestos para el mejoramiento físico ❖ Aplicación del ajuste postural en cada uno de los ejercicios realizados ❖ Interpretación de las reglas del motociclista. ❖ Participación ordenada en los diferentes ejercicios	Realizara trabajos en el gimnasio siguiendo una rutina de trabajo			

GRADO UNDÉCIMO

PROYECTOS TRANSVERSALES: El Acto Lector como proceso fundamental para la Comprensión Pastoral Educativa									
PROYECTOS Y ACTIVIDADES. TIEMPO LIBRE: *Actividades recreativas y deportivas con los grupos o con toda la institución, *torneo Inter.-clases, *actividades lúdicas, *eventos culturales, *montajes coreográficos		I.H	P	CONTENIDOS	INTERDISCIPLINARIEDAD DE LAS ÁREAS	CÓDIGO	INDICADORES DE LOGRO	ESTÁNDAR DE DESEMPEÑO	PARÁMETROS
20 HORAS	PRIMER PERÍODO	20 HORAS	PRIMER PERÍODO	CUALIDADES FÍSICAS CONDICIONALES ❖ Aeróbicos ❖ Capacidades Físicas ❖ Resistencia aeróbica, anaeróbica ❖ Flexibilidad activa y pasiva	Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	601 602 603 604 605	❖ Mejoramiento de las cualidades físicas condicionales ❖ Aplicación de las cualidades físicas a las actividades físicas y al deporte ❖ Mantenimiento de la capacidad física para realizar ejercicios de flexibilidad ❖ Creación y participación de montajes coreográficos. ❖ Conocimiento de las normas propuestas en clase	Realizara actividades físicas y deportivas identificando las diferentes cualidades involucradas y aumentando progresivamente el volumen y la intensidad de la carga	ESTÁNDAR CURRICULAR: Realizará con calidad y eficiencia movimientos corporales con un fin establecido. (Aproximación) COMPETENCIAS PROPIAS DEL ÁREA: Sicomotriz, socio-motriz, Desarrollo del pensamiento, comunicación gestual, atención, creatividad, praxeológica
	SEGUNDO PERÍODO			PRACTICA DEPORTIVA ❖ Abuso de las drogas en el deporte ❖ Fundamentación técnica ofensiva y defensiva del baloncesto ❖ Principios tácticos del baloncesto ❖ Capacidades físicas	Ciencias Naturales: Sistema inmunológico Español: formas de comunicación	606 607 608 609 610	❖ Comprensión del abuso de las drogas en el deporte ❖ Mejoramiento de las habilidades y destrezas para la ejecución técnica el baloncesto ❖ Comprensión y aplicación de los principios tácticos del baloncesto ❖ Mejoramiento de sus capacidades físicas con el ejercicio físico . ❖ Utilización del juego como medio de integración	Comprenderá las consecuencias por la utilización de las drogas en el deporte	
	TERCER PERÍODO			PRACTICA DEPORTIVA ❖ Fundamentación técnica del voleibol ❖ Fundamentación táctica del voleibol ❖ Eficiencia del ejercicio físico ❖ Finanzas para el cambio (el ahorro)	Ciencias Naturales: función del sistema Respiratorio Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	611 612 613 614 615	❖ Mejoramiento de las destrezas para la ejecución de la técnica y la táctica del voleibol ❖ Reconocimiento de la importancia del calentamiento físico antes del ejercicio ❖ Interpretación de la actividad física para la salud ❖ Importancia de cómo saber ahorrar para cualquier eventualidad. ❖ Participación de actividades lúdicas y recreativas	Presentara planes para la organización y desarrollo de eventos deportivos	
	CUARTO PERÍODO			EXPRESIONES RÍTMICAS ❖ Organización y administración deportiva ❖ Calentamiento físico ❖ Hábitos de vida ❖ Bailes modernos. ❖ Tu sexualidad y tu cuerpo	Ciencias Naturales: función del sistema Respiratoria. Artística: ubicación, creatividad y originalidad Español: formas de comunicación	616 617 618 619 620	❖ Aplicación de unos buenos hábitos de vida ❖ Adquisición de conocimientos básicos para la plantación y organización de eventos deportivos ❖ Reconocimiento de la importancia del calentamiento físico antes del ejercicio ❖ Realización de ejercicios que permitan mejorar su condición física. ❖ Conocimiento sobre sexualidad y su cuerpo.	Realizara trabajos en el gimnasio siguiendo una rutina de trabajo	



6.11 AREA DE EDUCACION FISICA.

A. SINTESIS DEL PROBLEMA DEL AREA.

- Falta de interés de alguien del sexo femenino en la participación activa tanto en las clases como en el deporte de carácter formativo y competitivo.
- Espacios cerrados que antes eran utilizados para la práctica de la actividad física.
- Carencia casi total de documentación relacionada con el área de la educación física y los deportes en la biblioteca del colegio.

B. OBJETIVOS GENERALES DEL AREA

- Concientizarse de la importancia de la práctica de la actividad física y el deporte en el proceso formativo y de mejoramiento de la salud.
- Valorar la práctica de las actividades físicas como medio para la comprensión del conocimiento y desarrollo del cuerpo para enfrentar las diferentes situaciones de la vida moderna.
- Contribuir a la construcción de la cultura física y la valoración de las expresiones motrices.
- Desarrollar la iniciativa individual y el hábito de trabajo en equipo aceptando las normas y reglas que se establezcan en los diferentes juegos y deportes.
- Promover el cuidado personal desde la realidad corporal y física.

C. DIAGNÓSTICO

La Institución Educativa la Salle Campoamor, está ubicada en el suroccidente de la ciudad, en la comuna 15, pertenece a núcleo 933, barrio Guayabal (Campoamor) con la nomenclatura Carrera 65B No. 4_49.

Tiene cobertura de tres jornadas, mañana en la cual asisten jóvenes desde grado 7º al grado 11º, en la tarde, atiende niños del grado preescolar, primaria desde 1º hasta el grado 6º y la noche atiende la población de adultos con los grados de 6º a 11º.

El pensum académico determina una intensidad de 2 horas semanales, para los grados desde preescolar hasta 9º, el grado 10º y 11º tienen una hora semanal.

El área en los grados preescolar y básica primaria, es atendida por la profesora titular del grupo, con excepción de los grados 5º, 4º y 2º que es atendida por practicantes de la Institución Universitario Jaime Isaza Cadavid. A los grados 6º, 7º, 8º y 9º le dictan el área docentes licenciados en Educación Física, los grados 10º y 11º una docente tecnóloga. La jornada de la noche realiza la Educación Física una vez al mes a través de jornada deportiva y recreativa, atendida por los mismos docentes de dicha jornada.

Los estudiantes de la básica primaria traen un desarrollo psicomotor, acorde a la edad, con habilidades motrices básicas, que le permiten un desempeño adecuado, de acuerdo a las exigencias del área, se presentan algunas dificultades, como resultado de la ausencia del docente profesional en el área.

La Institución cuenta con dos placas polideportivas para el desarrollo de las actividades, que si bien es una fortaleza la amplitud del espacio, tiene como debilidad la exposición al sol y la lluvia, además, la ubicación de éstas, interfieren con el desarrollo de las clases en las demás áreas; también tiene disponible dos espacios adecuados para la practica del tenis de mesa y el ajedrez, espacios que son utilizados tanto para el desarrollo de las clases de Educación Física, como para dar cumplimiento al proyecto de recreación y tiempo libre. Está dotada de balones, lazos, aros, bastones, conos, grabadoras, redes de voleibol y costales entre otros para optimizar la calidad de las clases.

D. ESPACIOS PARA LA LUDICA PEDAGOGICA.

- Aula de clase
- Placas polideportivas
- Salón de lúdica
- Patio salón
- Auditorio (gimnasia)
- Centros recreativos y deportivos
- Canchas de fútbol del barrio

E. RECURSOS PARA EL DESARROLLO DEL ÁREA

- **INFRAESTRUCTURA**

Sala de juegos, placas polideportivas del colegio, centros recreativos cercanos a la institución, canchas de fútbol del barrio

- **FISICOS**

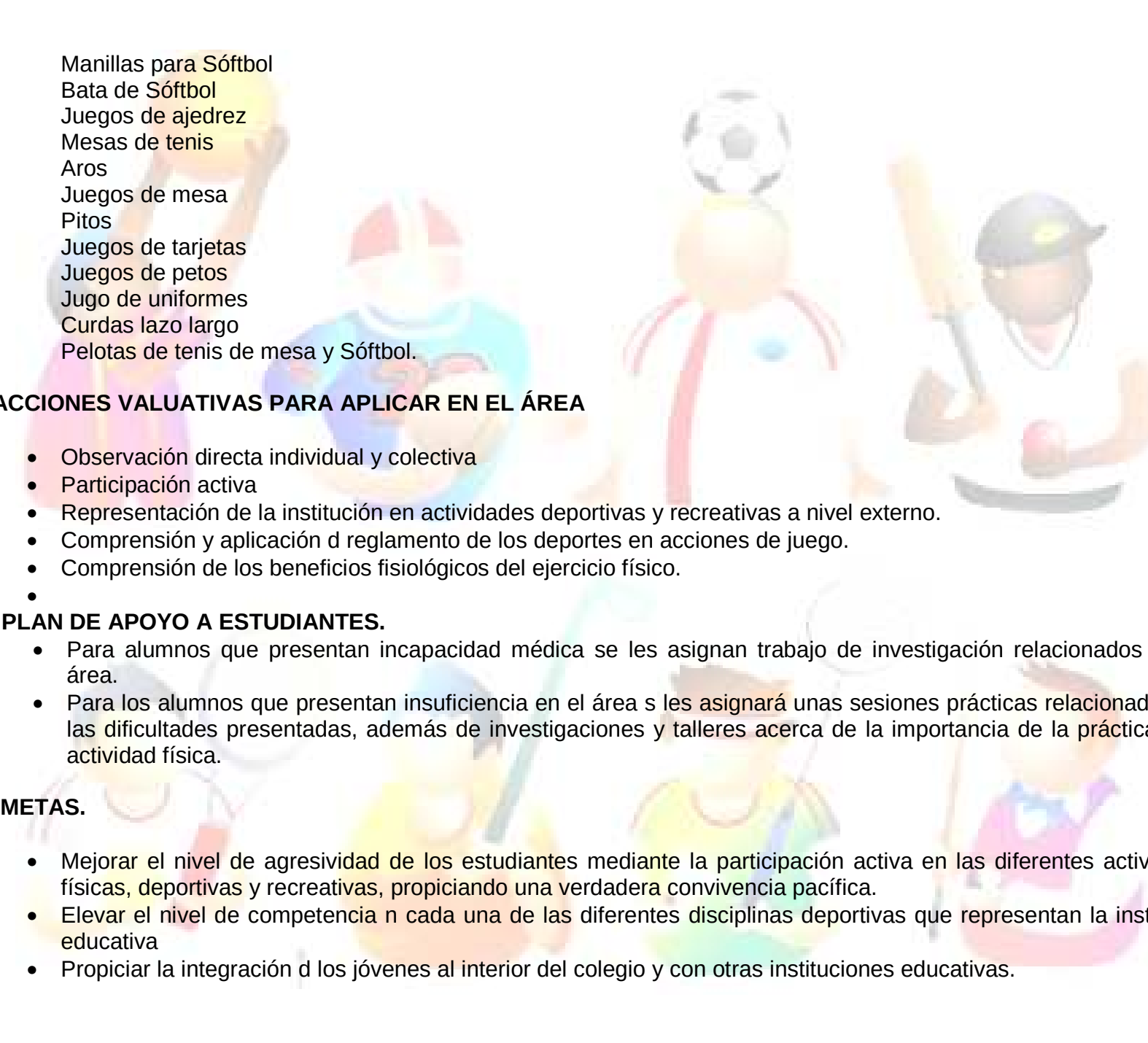
Balones para disciplinas deportivas como: baloncesto, voleibol, microfútbol, fútbol.

Mallas para voleibol, baloncesto y tenis de mesa

Tulas para baloncesto

Colchonetas

Cuerdas para saltar



Manillas para Sóftbol
Bata de Sóftbol
Juegos de ajedrez
Mesas de tenis
Aros
Juegos de mesa
Pitos
Juegos de tarjetas
Juegos de petos
Jugo de uniformes
Curdas lazo largo
Pelotas de tenis de mesa y Sóftbol.

F. ACCIONES VALUATIVAS PARA APLICAR EN EL ÁREA

- Observación directa individual y colectiva
- Participación activa
- Representación de la institución en actividades deportivas y recreativas a nivel externo.
- Comprensión y aplicación d reglamento de los deportes en acciones de juego.
- Comprensión de los beneficios fisiológicos del ejercicio físico.
-

G. PLAN DE APOYO A ESTUDIANTES.

- Para alumnos que presentan incapacidad médica se les asignan trabajo de investigación relacionados con el área.
- Para los alumnos que presentan insuficiencia en el área s les asignará unas sesiones prácticas relacionadas con las dificultades presentadas, además de investigaciones y talleres acerca de la importancia de la práctica de la actividad física.

H. METAS.

- Mejorar el nivel de agresividad de los estudiantes mediante la participación activa en las diferentes actividades físicas, deportivas y recreativas, propiciando una verdadera convivencia pacífica.
- Elevar el nivel de competencia n cada una de las diferentes disciplinas deportivas que representan la institución educativa
- Propiciar la integración d los jóvenes al interior del colegio y con otras instituciones educativas.

- Vincular a las mujeres aún más en la práctica deportiva y recreativa
- Realizar los aportes necesarios desde la educación física para su aplicabilidad en la seguridad vial.

I. ESTRATEGIAS PARA ALCANZAR LAS METAS.

- Propiciando en el desarrollo de las actividades un ambiente que favorezca la convivencia pacífica.
- Buscando la interiorización y puesta en práctica de las reglas en las disciplinas deportivas.
- Fortaleciendo los semilleros de las disciplinas deportivas que constituyen la base de la formación.
- Creando los espacios para la realización de los entrenamientos de los equipos que representan la institución.
- Cumpliendo de una manera eficaz con las actividades propuestas en el proyecto de aprovechamiento del tiempo libre
- Participando en las actividades deportivas y recreativas programadas para otras instituciones educativas del sector.
- Invitando a las instituciones educativas del sector a participar en eventos de carácter deportivo programados por el colegio.
- Organizando eventos deportivos del interés del sexo femenino (microfútbol, voleibol, tenis de mesa, baloncesto)
- Poniendo en práctica elementos de la seguridad vial de manera que se integre con los contenidos del área de Educación física.

J. CONTENIDOS TEMÁTICOS

