



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:1

GRADO: Séptimo AREA: Educación física, recreación y deportes. ASIGNATURA: Educación física. INTENSIDAD HORARIA: 2 horas semanales. PERÍODO Primero.

Objetivos:

- ✓ Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.
- ✓ Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.
- ✓ Entender la importancia practica física en la formación personal como habito de vida saludable individual y social.

NÚCLEOS PROBLEMATICOS: Habilidades motrices básicas		NÚCLEOS TEMÁTICOS: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Calentamiento: incidencias en el organismo. ✓ Frecuencia cardiaca: tipos de frecuencia y regulación del esfuerzo. ✓ Patrones de manipulación (lanzar. Atrapar, pasar, recibir, golpear) ✓ Aprendizaje del esquema corporal (Educación sexual. Ley 1029/06) ✓ ONU año internacional de los camelidos 	
COMPETENCIAS			
Competencias del área	Competencias ciudadanas	Competencias laborales generales	
<p>Competencia motriz. Realizo diferentes movimientos técnicos madurando su sistema motor.</p> <p>La competencia expresiva corporal. Aplico diferentes técnicas de expresión corporal en manifestaciones propias de sentimientos, ideas y emociones.</p> <p>La competencia axiológica corporal. Identifico la importancia de la actividad física como mecanismo preventivo de la salud, fortaleciendo los valores individuales y colectivos.</p>	<p>Participación y responsabilidad democrática: * Uso mi libertad de expresión y respeto las opiniones ajenas. * Analizo cómo mis pensamientos y emociones influyen en mi participación en las decisiones colectivas.</p> <p>Pluralidad, identidad y valoración de las diferencias: * Reconozco que los derechos se basan en la igualdad de los seres humanos, aunque cada uno sea, se exprese y viva de manera diferente. * Comprendo que existen diversas formas de expresar las identidades (por ejemplo, la apariencia física, la expresión artística y verbal, y tantas otras...) y las respeto. * Comprendo que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.</p>	<p>De tipo personal. * Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado. * Utilizo adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición. * Asumo las consecuencias de mis propias acciones. * Reconozco mis habilidades, destrezas y talentos. * Supero mis debilidades.</p> <p>De tipo interpersonal: * Respeto las ideas expresadas por los otros, aunque sean diferentes de las mías. * Aporto mis recursos para la realización de tareas colectivas.</p> <p>De tipo organizacional: * Selecciono los materiales que requiero para el desarrollo de una tarea o acción. * Conservo en buen estado los recursos a los que tengo acceso.</p>	
SITUACIÓN PROBLEMA	SABERES		INDICADORES
	SABER Y HACER	SER Y CONVIVIR	



Formato MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1

Fp:08/08/2015

Código:M2-F101

Página:2

<p>¿Evalúo el esquema corporal por medio de las habilidades motrices básicas enfocadas en los patrones de manipulación?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identifica el proceso del calentamiento como medio preparatorio del organismo para cada actividad física, mediante una secuencia lógica de ejercicios. ✓ Reconoce las diferentes señalizaciones de salidas de emergencia, rutas de evacuación y puntos de encuentro, ante una emergencia, identificando su ubicación en los diferentes espacios institucionales, como también los grupos de brigadas y sus funciones.(Seguridad vial. Ley 1702/13) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cumple con las tareas asignadas y preparo las actividades y evaluaciones de manera responsable. ✓ Reconoce significado de responsabilidad social y muestro hábitos de cuidado personal y grupal En mi diario convivir con los demás y con el medio ambiente (Protección del medio ambiente. Ley 1029/06, Decreto 1743/94.) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar de manera secuencial y lógica el calentamiento, como actividad previa al trabajo central. 2. Ejecutar diferentes actividades de habilidades motrices básicas tales como: lanzar atrapar, pasar, recibir, batear, rebotar entre otras.
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aprende que el pulso es el medio por el cual se mide el rendimiento físico, identificando diferentes partes del cuerpo para su toma y su forma de conteo. ✓ Realiza diferentes actividades que le permiten el aprendizaje de las habilidades de manipulación y locomoción. ONU año internacional de los camélidos. ✓ Reconoce el cuerpo para el ejecución de movimientos y el respeto por sí mismo. (Educación Sexual) ✓ Identifica los patrones de manipulación como un medio de interacción con pelotas, balones y demás medios. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Valora la competencia deportiva como elemento para mi desarrollo integral como persona. ✓ Asume el juego como espacio para la creación y expresión de mis ideas, sentimientos y valores. (Aprovechamiento del tiempo libre, la recreación o el deporte. Ley 1029/06; Ley 934/04; Art. 2; Ley 181/95.) ✓ Respeta las señalizaciones e indicaciones viales en los desplazamientos y asumo actitudes preventivas. (Seguridad vial. Ley 1702/13) 	<ol style="list-style-type: none"> 3. Interpretar los conceptos teóricos expresándolos manera escrita y oral. 4. Valorar las normas de respeto y convivencia, como medios de integración social.



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:3

GRADO: Séptimo ÁREA: Educación física, recreación y deportes. ASIGNATURA: Educación física. INTENSIDAD HORARIA: 2 horas semanales. PERIODO Segundo.

NÚCLEOS PROBLEMATICOS: Gimnasia y el atletismo		NÚCLEOS TEMÁTICOS: 1. Conceptos básicos de atletismo y gimnasia 2. Gimnasia con pequeños elementos. 3. Acrosport: esquemas y figuras. 4. Carreras, saltos, lanzamientos y pruebas combinadas.	
COMPETENCIAS			
Competencias del área	Competencias ciudadanas	Competencias laborales generales	



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:4

GRADO: Séptimo **ÁREA: Educación física, recreación y deportes.** **ASIGNATURA: Educación física.** **INTENSIDAD HORARIA: 2 horas semanales.** **PERIODO Tercero.**

<p>Competencia motriz. Realizo diferentes movimientos técnicos madurando su sistema motor.</p> <p>La competencia expresiva corporal. Aplico diferentes técnicas de expresión corporal en manifestaciones propias de sentimientos, ideas y emociones.</p> <p>La competencia axiológica corporal. Identifico la importancia de la actividad física como mecanismo preventivo de la salud, fortaleciendo los valores individuales y colectivos.</p>	<p>Participación y responsabilidad democrática: * Uso mi libertad de expresión y respeto las opiniones ajenas. * Analizo cómo mis pensamientos y emociones influyen en mi participación en las decisiones colectivas.</p> <p>Pluralidad, identidad y valoración de las diferencias: * Reconozco que los derechos se basan en la igualdad de los seres humanos, aunque cada uno sea, se exprese y viva de manera diferente. * Comprendo que existen diversas formas de expresar las identidades (por ejemplo, la apariencia física, la expresión artística y verbal, y tantas otras...) y las respeto. * Comprendo que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.</p>	<p>De tipo personal. * Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado. * Utilizo adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición. * Asumo las consecuencias de mis propias acciones. * Reconozco mis habilidades, destrezas y talentos. * Supero mis debilidades.</p> <p>De tipo interpersonal: * Respeto las ideas expresadas por los otros, aunque sean diferentes de las mías. * Aporto mis recursos para la realización de tareas colectivas.</p> <p>De tipo organizacional: * Seleccione los materiales que requiero para el desarrollo de una tarea o acción. * Conservo en buen estado los recursos a los que tengo acceso.</p>
---	---	--

SITUACIÓN PROBLEMA	SABERES		INDICADORES
	SABER Y HACER	SER Y CONVIVIR	
<p>¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condicionales a mejorar a través de la gimnasia y el atletismo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestra la capacidad de mantener un esfuerzo físico continuo, por medio de cargas de trabajo submáximas en diferentes unidades de tiempo. ✓ Desarrolla la capacidad para ejecutar esfuerzos físicos con Intensidades e intervalos de recuperación completa por medio de juegos y actividades lúdicas. ✓ Demuestra velocidad y agilidad al desplazarse manipulando y trasladando objetos en diferentes trayectorias durante el desarrollo de competencias cortas. ✓ Relaciona el estiramiento muscular y la movilidad articular con la recuperación de la fatiga muscular y mental durante el sedante de la clase. Aguinaldo del rector mayor "señor dame de beber" ✓ Aplica conceptos básicos relacionados con la postura adecuada, en función de la salud preventiva y la efectividad anatómico-funcional del cuerpo. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Asume el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y Valores. ✓ Muestra disciplina y orden cuando participa en actividades físicas, deportivas y recreativas con sigo misma y con sus compañeras. ✓ Reconoce el significado de sus cambios corporales y muestra hábito de cuidado Personal en su diario convivir (Educación sexual. Ley 1029/06) ✓ Respeta las señalizaciones e indicaciones viales en los desplazamientos y creará actitudes de prevención y conocimiento de técnicas defensivas en relación al tráfico. (Seguridad vial. Ley 1702/13) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar calentamientos de tipo general y específico previos a las actividades físico – motrices y deportivas del atletismo. 2. Representar con habilidad movimientos y ejercicios atléticos y gimnásticos. 3. Diseñar esquemas aplicados a la gimnasia básica. 4. Mostrar disciplina y orden cuando participa en actividades físicas.



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:5

NÚCLEOS PROBLEMÁTICOS: Voleibol y baloncesto		NÚCLEOS TEMÁTICOS: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Fundamentos técnicos para voleibol: pases, remate, recepción, saque, defensa y juego. ✓ Fundamentos técnicos para baloncesto: pases, lanzamientos, dribling, defensa, desplazamientos y juego. 	
COMPETENCIAS			
Competencias del área	Competencias ciudadanas	Competencias laborales generales	
<p>Competencia motriz. Realizo diferentes movimientos técnicos madurando su sistema motor.</p> <p>La competencia expresiva corporal. Aplico diferentes técnicas de expresión corporal en manifestaciones propias de sentimientos, ideas y emociones.</p> <p>La competencia axiológica corporal. Identifico la importancia de la actividad física como mecanismo preventivo de la salud, fortaleciendo los valores individuales y colectivos.</p>	<p>Participación y responsabilidad democrática: * Uso mi libertad de expresión y respeto las opiniones ajenas. * Analizo cómo mis pensamientos y emociones influyen en mi participación en las decisiones colectivas.</p> <p>Pluralidad, identidad y valoración de las diferencias: * Reconozco que los derechos se basan en la igualdad de los seres humanos, aunque cada uno sea, se exprese y viva de manera diferente. * Comprendo que existen diversas formas de expresar las identidades (por ejemplo, la apariencia física, la expresión artística y verbal, y tantas otras...) y las respeto. * Comprendo que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.</p>	<p>De tipo personal. * Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado. * Utilizo adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición. * Asumo las consecuencias de mis propias acciones. * Reconozco mis habilidades, destrezas y talentos. * Supero mis debilidades.</p> <p>De tipo interpersonal: * Respeto las ideas expresadas por los otros, aunque sean diferentes de las mías. * Aporto mis recursos para la realización de tareas colectivas.</p> <p>De tipo organizacional: * Seleccione los materiales que requiero para el desarrollo de una tarea o acción. * Conservo en buen estado los recursos a los que tengo acceso.</p>	
SITUACIÓN PROBLEMA	SABERES		INDICADORES
	SABER Y HACER	SER Y CONVIVIR	
	✓ Coordina la distancia, la fuerza y su	✓ Reconoce el significado de sus	



Formato MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1

Fp:08/08/2015

Código:M2-F101

Página:6

<p>¿Identifico en el deporte un proceso madurativo de mis capacidades físicas además de fortalecer el trabajo en equipo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Juega en diferentes posiciones con el fin de que ejecute los tres golpes del balón, la recepción, el pase y el remate en situaciones reales de juego del voleibol. ✓ Ejecuta desplazamientos perfilados hacia delante, atrás y costados, manteniendo la posición básica de recepción. ✓ Explica las reglas del voleibol referida a la cancha, red, balón, equipo, derechos y responsabilidades de los jugadores. ✓ Aplica las diferentes técnicas y tácticas de juego aprendidas en el periodo en encuentros deportivos con sus compañeras de grupo. (Aprovechamiento del tiempo libre, la recreación o el deporte. Ley 1029/06; Ley 934/04; Art. 2; Ley 181) 	<p>cambios corporales y muestra hábito de cuidado Personal en su diario convivir.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Valora la competencia deportiva como elemento para su desarrollo integral como persona. ✓ Asume el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores. (Aprovechamiento del tiempo libre, la recreación o el deporte. Ley 1029/06; Ley 934/04; Art. 2; Ley 181)) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asimilar los gestos técnicos básicos del voleibol y del baloncesto y aplicarlos en el juego. 2. Conocer y aplicar las capacidades coordinativas relacionadas con la práctica del baloncesto. 3. Aplicar los fundamentos técnicos del saque, el golpe de antebrazos y dedos en las prácticas adaptadas y formales de voleibol. 4. Promover actitudes de respeto por el otro dentro y fuera de la cancha.
--	--	---	---

GRADO: Séptimo ÁREA: Educación física, recreación y deportes. ASIGNATURA: Educación física. INTENSIDAD HORARIA: 2 horas semanales. PERIODO Cuarto.

<p>NÚCLEOS PROBLEMÁTICOS:</p> <p>futbol de salón y el balonmano</p>	<p>NÚCLEOS TEMÁTICOS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reglamento básico 2. Fundamentos técnicos. 3. Juegos pre-deportivos para la disciplina.
COMPETENCIAS	
Competencias del área	Competencias laborales generales
<p>Competencia motriz. Realizo diferentes movimientos técnicos madurando su sistema motor.</p> <p>La competencia expresiva corporal. Aplico diferentes técnicas de expresión corporal en manifestaciones propias de sentimientos, ideas y emociones.</p> <p>La competencia axiológica corporal. Identifico la importancia de la actividad física como mecanismo preventivo de la</p>	<p>De tipo personal. * Cumpló las normas de comportamiento definidas en un espacio dado. * Utilizo adecuadamente los espacios y recursos a mi disposición. * Asumo las consecuencias de mis propias acciones. * Reconozco mis habilidades, destrezas y talentos.</p> <p>De tipo interpersonal: * Respeto las ideas expresadas por los otros, aunque sean diferentes de las mías. * Aporto mis recursos para la realización de tareas colectivas.</p> <p>De tipo organizacional:</p>
<p>Participación y responsabilidad democrática: * Uso mi libertad de expresión y respeto las opiniones ajenas. * Analizo cómo mis pensamientos y emociones influyen en mi participación en las decisiones colectivas.</p> <p>Pluralidad, identidad y valoración de las diferencias: * Reconozco que los derechos se basan en la igualdad de los seres humanos, aunque cada uno sea, se exprese y viva de manera diferente. * Comprendo que existen diversas formas de expresar las identidades (por ejemplo, la apariencia física, la expresión artística y verbal, y tantas otras...) y las respeto.</p>	<p>Competencias ciudadanas</p>



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:7

salud, fortaleciendo los valores individuales y colectivos.	* Comprendo que cuando las personas son discriminadas, su autoestima y sus relaciones con los demás se ven afectadas.	* Selecciono los materiales que requiero para el desarrollo de una tarea o acción. * Conservo en buen estado los recursos a los que tengo acceso.	
SITUACIÓN PROBLEMA	SABERES		INDICADORES
¿Cómo puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos técnicos el aprendizaje del futbol de salón y el balonmano?	SABER Y HACER	SER Y CONVIVIR	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar los procesos de formación integral utilizando las reglas, la técnica y la táctica aplicadas al fútbol de salón y balonmano. 2. Promover actitudes de respeto por el otro, dentro y fuera de la cancha. 3. Mantener una actitud de respeto, tolerancia, cooperación y honestidad consigo misma y con los demás.
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Realiza estrategias de juego, que permiten la participación grupal. ✓ Identifica los elementos correspondientes a las actividades de juego y aporta todo su potencial físico, para alcanzar el objetivo de manera grupal. ✓ Mejora su control y dominio corporal mostrando mayor seguridad en sus movimientos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reconoce el del juego dentro de formación como persona. ✓ Valora la competencia deportiva como elemento para su desarrollo integral como persona. ✓ Asume el juego como espacio para la creación y expresión de sus ideas, sentimientos y valores. 	



Formato
MALLA CURRICULAR DE PERÍODO

Versión: Ver:1
Fp:08/08/2015
Código:M2-F101
Página:8

<p>Revisó <i>Natalia A. Bedoya J.</i></p>	<p>Verificó y aprobó <i>Rafael Cuesta R.</i></p>
<p>NATALIA BEDOYA JARAMILLO Jefe de Área 02/02/2018</p>	<p>RAFAEL CUESTA ROMAÑA Coord. Académico 05/02/2018</p>