

**COLEGIO GERMÁN ARCINIEGAS
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL**

“Trascendencia social con calidad humana hacia la excelencia”

**PLAN DE ESTUDIOS
ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

BOGOTÁ, D.C.

2024



PLAN DE ESTUDIOS 2024



**Cóeducación y
Educación Física**

Tomado de: <https://images.app.goo.gl/WEtIGwYC6HSb1M7k6>

INTEGRANTES

**JAVIER HERNÁNDEZ MESA
HERNEY PEREZ PEÑA
LAURA ANDREA CHAVES VALENCIA
JOAN SEBASTIAN HERNÁNDEZ FORERO**



1. MARCO CONCEPTUAL

1.1. Generalidades

El ser humano es un ser social por excelencia, cuyas dinámicas son determinadas por las relaciones que surgen entre los cuerpos: El cuerpo crea realidad, por tanto; desde los principios de la humanidad se ha demostrado que hombres y mujeres han vivido en comunidad, se han interrelacionado a lo largo de la historia dentro de las diferentes culturas y practicado normas que han hecho posible su convivencia (no siempre armónica), estableciendo infinitud de códigos, leyes o maneras de percibir y actuar en la cotidianidad. En busca de garantizar el buen funcionamiento de nuestra institución, se hace indispensable establecer normas claras de interacción y diseñar e implementar planes que orienten y den sentido al estar en el colegio tanto para los estudiantes como para todo el resto de la comunidad educativa, con el fin de favorecer la convivencia entre los estamentos que la conforman, garantizando así la participación en todas las actividades dentro de un ambiente sano, democrático, ético, comprometido y responsable.

1.2. Filosofía Institucional

El ser humano es perfectible, es decir, capaz de perfeccionarse o de ser perfeccionado a través de su vida, y es la educación el medio que le permite interactuar con la sociedad para formarlo de manera integral, creando ambientes y oportunidades para que pueda desarrollar sus potencialidades y capacidades. La institución con apoyo del Estado debe procurar una educación pública para todos dentro de los parámetros de la calidad y la excelencia, que garantice la formación en los principios establecidos en el Proyecto Educativo Institucional, con alto nivel de justicia social y atendiendo a las exigencias del mundo actual.

1.3. Visión

En el año 2023, el Colegio Germán Arciniegas será reconocido como una comunidad de aprendizaje de excelente calidad, con una propuesta educativa formadora de personas responsables, creativas, talentosas e innovadoras. Con énfasis en la comunicación, el arte y la expresión, el abordaje de proyectos, áreas de profundización y diversos espacios académicos de formación integral, busca trascender en los diferentes ámbitos del desarrollo humano, apoyando los procesos de enseñanza-aprendizaje en los diversos adelantos tecnológicos, investigativos y humanísticos para contribuir en la transformación positiva de la sociedad.

1.4. Misión

El Colegio Germán Arciniegas es una Comunidad Educativa formadora de líderes sociales, capaces de afrontar y resolver situaciones problemáticas de la cotidianidad al desarrollar su potencial humano, su autoestima, su creatividad, su capacidad participativa y su proyecto de vida. Esta comunidad se caracteriza por ser agente transformador del entorno familiar y social, promoviendo la educación de hombres y mujeres comprometidos con el cambio social en el marco de la integralidad, la mirada crítica reflexiva, el respeto por la diversidad y el aporte innovador en las dinámicas y exigencias de la sociedad de la información y el conocimiento.

1.5. Principios de Integridad Institucional

Los principios fundamentales que se tienen en cuenta en nuestra institución son directrices que enmarcan la participación e interacción de todos los miembros de la comunidad educativa que se encamina al logro de sus metas de formación humana e integral y gestión de calidad a partir de su lema “**Trascendencia social con calidad humana hacia la excelencia**”

1.5.1. Identidad

Conjunto de disposiciones internas que hace que cada miembro de la comunidad se sienta parte de la misma. Lo que nos constituye como tal y nos diferencia de los otros. Responde a las preguntas ¿quién soy?, ¿de dónde vengo?, ¿hacia dónde voy?, ¿qué quiero ser? ¿Cómo me percibo como parte de la Comunidad Educativa Germanista? La identidad se basa en el conocimiento de sí mismo, del entorno y del papel de cada uno como miembro activo de una institución, que conoce y valora sus raíces, que se proyecta en el futuro, que enfatiza en una apuesta de formación integral y que valora y afianza el sentido de permanencia que la hace ser una organización alineada en el alcance de sus fines educativos.

En nuestra institución dicha identidad se construye a partir del reconocimiento de la persona y sus acciones como parte de la Comunidad Educativa Germanista, por ello las experiencias de formación deben estar encaminadas a fortalecer la participación activa y solidaria de todos, reconociendo en cada uno las capacidades para impactar, transformar y liderar, garantizando para cada miembro de la comunidad, el respeto y la valoración de los tipos de inteligencia, capacidades y destrezas.

1.5.2. Humanización:

Dinamismo que mueve al hombre a crecer en conciencia, libertad, responsabilidad, sentido social y promoción de los valores humanos que se traduce en un proyecto de crecimiento, Fundamenta los valores humanos, por cuanto el hombre tiene derecho y la obligación de desarrollarse en todos los campos, atendiendo a la dignidad de la persona, buscando el bien común y contribuir a él.

1.5.3. Convivencia Pacífica:

Capacidad para establecer relaciones humanas y sociales de calidad, concretizadas en el reconocimiento de sí mismo y del otro como seres de derechos y deberes. Esa calidad de relaciones, se fundamentan no solamente desde referentes éticos, culturales o normativos, sino también desde competencias, habilidades y capacidades de los individuos para interactuar constructivamente. Esta supone la voluntad expresa y decidida de vivir con otros, no contra otros. En la comunidad Germanista, este principio implica una labor que involucra a toda la comunidad educativa, propiciando climas de seguridad, respeto, imparcialidad y confianza; relaciones de apoyo con la familia y la comunidad; educación social y emocional; resolución no violenta de conflictos y participación democrática.

Es el pacto de convivencia, la bitácora institucional en la que cada persona de la comunidad educativa tiene la capacidad y obligación de presentar formas coherentes con los procedimientos institucionales para resolver problemas, aportar en la solución de los conflictos, construir con los otros y consigo mismo nuevas visiones de su entorno, para poder actuar en pro del bien común.

1.5.4. Autonomía

Libertad de gobernarse por sus propias leyes, independencia de un individuo para obrar con arreglo a su voluntad, su capacidad de elegir y ser guiado por sus propios conceptos (normarse a sí mismo). Esto conlleva una responsabilidad social con el medio en el que se desenvuelve.

El manejo de este principio en nuestra institución está directamente ligado con la libertad y a su vez con la responsabilidad social, por ello se fomenta en la comunidad seres capaces de participar, de tomar decisiones, de reflexionar sobre sus acciones, de asumir sus compromisos y deberes con excelencia, calidad y respeto por el otro.

1.5.5. Trascendencia:

Acción de sobresalir que presupone el dejar huella. Fomenta la búsqueda del superarse indefinidamente; es entender que los sueños se pueden hacer realidad y que las metas trazadas se logran con dedicación y esfuerzo.

En la comunidad Germanista, este principio apunta a lograr que nuestros estudiantes, vayan más allá del conocimiento; que se apropien de él para mejorar como persona y que contribuyan a transformar su entorno social con criterios de renovación, generando una apropiada convivencia.

La educación que pretendemos impartir no persigue que nuestros estudiantes tengan más, sino que sean más. Persigue transformar interiormente al estudiante afectando de lleno el modo en que vive, al fin que aspira y al modo en que actúa; propiciando un aprendizaje motivante y una metodología flexible, colaborativa y abierta a las nuevas tecnologías, adecuándose a la formación integral de nuestros estudiantes, que conlleve a liderar procesos académicos y desarrollar proyectos sociales de excelencia.

1.6. Valores Institucionales

1.6.1. Respeto: El ejercicio de la libertad con autonomía y reconocimiento del otro.

1.6.2. Responsabilidad: Capacidad de la persona para afrontar las consecuencias de sus decisiones, asumir compromisos, mejorar y crecer como persona y aportar con valores positivos a la sociedad.

1.6.3. Asertividad: Capacidad de la persona para actuar e influir de manera positiva y tomar decisiones apropiadas en el momento oportuno y adecuado.

1.6.4. Autoestima: Reconocerse a sí mismo y valorarse en su integridad física, moral e intelectual.

1.7. Objetivo General

El Proyecto Educativo Institucional (PEI) del Colegio Germán Arciniegas se propone la generación de espacios permanentes de participación de toda la Comunidad Educativa para el fortalecimiento de su misión institucional, consolidando procesos formativos integrales en el marco de la excelencia, la trascendencia social, los principios y valores que

caracterizan a la organización, la gestión humana de calidad, la orientación en la construcción de los proyectos de vida y las acciones educativas con énfasis en la “Comunicación, el arte y la expresión”.

1.7.1.1 Objetivos Específicos

- Brindar a los estudiantes, herramientas que le permitan acercarse de diferente forma a la construcción del conocimiento, promoviendo en ellos el espíritu investigativo para asumir y resolver problemas de su contexto social haciendo uso de los diferentes recursos y las tecnologías a su alcance.
- Generar espacios de formación y profundización en áreas y proyectos que contribuyan en la formación integral de los estudiantes y los preparen en campos de la Comunicación, el Arte y la Expresión.
- Fortalecer las relaciones interpersonales de los miembros de la comunidad educativa como un eje básico de formación que permita la resolución de conflictos a partir de estrategias de comunicación efectivas y la correcta aplicación de las normas.
- Promover espacios de formación y actualización de los docentes sobre el modelo pedagógico *Enseñanza para la Comprensión* y política pública educativa para fortalecer la propuesta curricular institucional.
- Formar líderes creativos, comprometidos y solidarios con su comunidad, que generen propuestas de integración social participativa a partir del desarrollo de competencias y la exploración de las capacidades, actitudes y aptitudes.

1.8. Perfil del estudiante

Los estudiantes del Colegio Germán Arciniegas son la razón de ser de la institución, por lo cual se busca la imagen positiva de sí mismos, que se reconozcan como seres valiosos, proyectándose, innovando y transformando su entorno, trascendiendo hacia su vida familiar y comunitaria mediante la vivencia diaria de valores.

Estos deben ser conscientes de la necesidad de construir la sociedad, estableciendo bases sólidas en su proyecto de vida a través del liderazgo y resolución positiva de conflictos, esforzándose por alcanzar sus propósitos acordes con los principios institucionales.

El estudiante Germanista se distingue por ser:

- Inquieto por el conocimiento.
- Alto desarrollo socioafectivo, participativo, analítico, propositivo, argumentativo y crítico.

- Con gran sentido de pertenencia hacia la institución, que muestre dinamismo en el desarrollo de los proyectos institucionales.
- Comprometido con su formación integral.
- Sentido de solidaridad y ayuda mutua.
- Cortés, amable y sensible.
- Que ame y respete la vida.
- Edad acorde a la escolaridad.
- Soñador de su futuro.
- Emotivo, alegre y humano.
- Presentación personal excelente.
- Respetuoso con los demás miembros de la Comunidad Educativa.

2. ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

2.1. JUSTIFICACIÓN

El presente plan de estudios del área de Educación Física en la IED German Arciniegas, plantea para su ejecución durante el año escolar 2024 diferentes temáticas lúdicas, recreativas, pedagógicas y didácticas como juegos, deportes, prácticas, bailes y múltiples actividades lideradas por el cuerpo docente, cuyas lógicas internas comprenden temáticas vitales planteadas en documentos como la ley 115 “Ley General De Educación” y los lineamientos curriculares del área (temas como el desarrollo físico y motriz, la salud, la higiene, la organización del tiempo y el espacio, la interacción social, la formación y realización técnica, la expresión corporal, el juego limpio, entre otras) y que potencian las infinitas posibilidades motrices de los cuerpos inmersos en las dinámicas una sociedad determinada y determinante.

Este programa pretende dar respuesta de forma pedagógica y didáctica a un sinnúmero de situaciones presentes en el entorno socio-cultural de la comunidad educativa, cuya realidad en muchas ocasiones se torna algo hostil con las personas que la integran, normalizando diferentes dinámicas y tipos de violencia, de igual forma aislamiento, segregación, individualismo, competitividad, baja autoestima, enfermedad, sedentarismo, entre otras, cabe resaltar que de manera más enérgica existen muchos grupos que forjan espacios que equilibran estas penosas situaciones.

Este plan de estudios busca reforzar dinámicas de reconocimiento y despliegue corporal consciente y creativo, así mismo apoyar las proyecciones curriculares de las demás áreas presentes en la institución, las cuales generan temas en común con esta propuesta, en aras de la educación multidimensional de los estudiantes, y por ende del desarrollo socio ambiental que influye determinantemente en la construcción de ciudad y país.

2.2. FINES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

- ☐ Desarrollo equilibrado de los niños, niñas y adolescentes (NNA) para la convivencia social.
- ☐ Mejoramiento de la capacidad crítica, la creatividad, el trabajo y la producción colectiva.
- ☐ Mejoramiento de la capacidad comunicativa y la relación con el entorno.
- ☐ Orientación del espíritu de superación hacia la solución de problemas.
- ☐ Mejoramiento del desarrollo motor.
- ☐ Mejoramiento del desarrollo científico y tecnológico.
- ☐ Desarrollo de la conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente.
- ☐ Fomento de la identidad nacional, el respeto por las instituciones, autoridades y símbolos patrios, según la diversidad étnica y cultural.
- ☐ Formación de hábitos higiénicos, conducentes a la conservación y mejoramiento de la salud y utilización adecuada del uso de tiempo libre.

2.3. OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

- ☐ Contribuir al desarrollo de la totalidad de las dimensiones del individuo tales como; cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica y social.
- ☐ Conocer, valorar su cuerpo y contribuir a mejorar sus cualidades físicas básicas y sus posibilidades de coordinación y control motor.

- ☐ Conocer, valorar y practicar los juegos y deportes habituales en el entorno.
- ☐ Entender, valorar y utilizar las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo como enriquecimiento vivencial.
- ☐ Conocer, disfrutar y respetar el medio natural.
- ☐ Desarrollar las capacidades óseo - musculares y orgánicas (velocidad, fuerza, flexibilidad y resistencia), mediante la adquisición de habilidades básicas, específicas y técnicas en las prácticas deportivas y recreativas.
- ☐ Vivenciar, mejorar y valorar la importancia del respeto, solidaridad, cooperación y alteridad en las relaciones interpersonales mediante las prácticas de actividades recreativas, deportivas y culturales.
- ☐ Adquirir hábitos de higiene y salud en el cuidado de su cuerpo y la conservación de su entorno ecológico para una mejor calidad de vida personal y social.
- ☐ Propiciar la reflexión, la crítica y la creatividad en situaciones que se presenten en las prácticas corporales y de la vida diaria para formar una actitud de superación en la solución de problemas.
- ☐ Mejorar las formas comunicativas verbales, gestuales y de expresión corporal a través de las prácticas lúdicas, estéticas y deportivas.
- ☐ Despertar el gusto por la práctica de actividades recreativas, deportivas, estéticas y culturales dentro y fuera de la institución como buen empleo del tiempo libre.
- ☐ Participar en actividades físicas y deportivas estableciendo relaciones constructivas y equilibradas con los demás.
- ☐ Planificar y realizar actividades adecuadas a sus necesidades y adoptar hábitos de alimentación, higiene y ejercicio físico, que inciden positivamente sobre la salud y la calidad de vida.
- ☐ Reconocer las *Capacidades Otras* de los y las compañeras a partir de procesos de coeducación desde la inclusión educativa.

OBJETIVOS POR CICLOS

CICLO: UNO

IMPRONTA DEL CICLO: INFANCIA Y CONSTRUCCIÓN DE SUJETOS.

OBJETIVO GENERAL DEL CICLO: Crear escenarios didácticos de aprendizaje, en dónde se favorezca en los niños y niñas el conocimiento de sí mismo y su interacción con los otros en su entorno cercano, de modo que incide de manera positiva en él, desde sus concepciones y construcciones particulares, de mundo y sociedad.

➤ **OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:** Conocer, explorar y vivenciar su cuerpo a través de la generación de ambientes propicios, interacción con otros y relación en su entorno; para fortalecer, enriquecer y afianzar las experiencias motoras que lo conduzcan a la construcción de destrezas elementales.

➤ **OBJETIVO GENERAL POR GRADO**

- **PREESCOLAR:** “Conocer y explorar su cuerpo a partir de los diferentes movimientos que pueden realizar con el fin de afianzar aspectos relacionados con su orientación y ubicación espacial, estimulación propioceptiva y motricidad fina.
- **PRIMERO:** “Generar ambientes que propicien y enriquezcan diferentes conductas psicomotoras elementales, a través de nuevas experiencias y conceptos básicos, para desarrollar en el niño unas bases motoras que afecten positivamente su multidimensionalidad”.
- **SEGUNDO:** “Lograr que el niño conozca, explore y se sienta dueño de su entorno a través de experiencias psicomotoras encaminadas al desarrollo de destrezas elementales con el fin de lograr una armonía corporal utilizando el JUEGO como agente principal de motivación.

CICLO: DOS

IMPRONTA DEL CICLO: CUERPO, CREATIVIDAD Y CULTURA.

OBJETIVO GENERAL DEL CICLO: Generar en los procesos de formación, diferentes espacios que permitan que los estudiantes desarrollen las inteligencias múltiples.

- **OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:** Desarrollar y afianzar la coordinación dinámica general a partir de distintos elementos deportivos, perceptivos y recreativos que contribuyan a la comprensión y buen uso de su inteligencia kinestésica.
- **OBJETIVO GENERAL POR GRADO**

- **TERCERO:** “Desarrollar las habilidades y cualidades físicas y motoras a través de diferentes experiencias gimnásticas y atléticas, implementando juegos con elementos y de diversas actividades para así alcanzar el desarrollo de su coordinación dinámica general”.
- **CUARTO:** “Afianzar la coordinación general través de la integración de trabajos viso pédicos y viso manual con la implementación y práctica de varias actividades recreo deportivas que los niños proponen y les permitirán conocer, valorar y reforzar su inteligencia kinestésica entre otras”.
- **ACELERACIÓN:** Exploración y afianzamiento de habilidades motrices básicas por medio de actividades lúdico-deportivas, buscando el desarrollo motor óptimo del estudiante de acuerdo con su etapa escolar.

CICLO: TRES

IMPRONTA DEL CICLO: ¿CÓMO ME RELACIONO CON MI ENTORNO?

OBJETIVO GENERAL DEL CICLO: Reconocer las diferentes formas de interactuar y vivir en el mundo, asumiendo su responsabilidad como individuo transformador del mismo.

➤ **OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:** Desarrollar y fortalecer las cualidades motrices y las formas manipulativas mediante la práctica de juegos deportivos, así mismos deportes y diferentes formas de ejercicio y actividad física propiciando el reconocimiento, aceptación y transformación positiva de sí mismo, de los demás y de su entorno a través de la reflexión y vivencia de valores como la solidaridad, el compañerismo, la tolerancia, la cooperación, la oposición, el respeto mutuo, etc.

➤ **OBJETIVO GENERAL POR GRADO:**

- **QUINTO:** Crear esquemas de movimiento mediante la ejecución de diversos ejercicios derivados de algunas disciplinas deportivas con el objetivo de trabajar, afianzar y fortalecer el desarrollo motor en diferentes ambientes que implique trabajo en equipo y componentes axiológicos tales como la responsabilidad, el respeto, compañerismo, entre otros.
- **SEXTO:** Desarrollo de patrones básicos de locomoción, manipulación y formas elementales gimnásticas a partir de diversas actividades y retos que le permiten fortalecer sus habilidades, la interacción con otros y con su entorno, teniendo claros los componentes axiológicos que le permitirán un buen desempeño general.
- **SÉPTIMO:** Integrar y combinar las distintas habilidades básicas de locomoción, manipulación y formas elementales gimnásticas que le permitan la construcción de movimientos complejos para ser aplicados en actividades pre deportivas y situaciones reales de juego, poniendo a prueba capacidades físicas, mentales y comportamentales que darán cuenta del desempeño individual, colectivo y respecto al entorno próximo.

CICLO: CUATRO

IMPRONTA DEL CICLO: PROYECTO DE VIDA

OBJETIVO GENERAL DEL CICLO: Plantear diferentes herramientas que fortalezcan el desarrollo motor y cognitivo de los estudiantes, potenciando dimensiones importantes para la transformación significativa del contexto social de la comunidad educativa.

➤ **OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:** Interiorizar dinámicas de aprendizaje motor para el reconocimiento de algunas prácticas corporales y deportivas tales como: atletismo, acrobacia, baloncesto, malabarismo, voleibol, danza, fútbol, fomentando a través de los mismos la construcción de valores, el crecimiento personal y la convivencia social, permitiéndole reconocerse como un individuo con capacidades, cualidades y habilidades que le servirán de herramientas para construir futuro.

➤ **OBJETIVO GENERAL POR GRADO:**

- **OCTAVO:** Afianzamiento de habilidades y destrezas de forma consciente, por medio de prácticas deportivas y artísticas, reforzando el componente axiológico que le permite al estudiante adquirir herramientas para enfrentar situaciones cotidianas en distintos entornos.
- **NOVENO:** Ejecución creativa de ejercicios o esquemas motrices en los que se evidencia el trabajo de las condiciones físicas individuales y grupales a través de deportes o prácticas corporales contemporáneos y tradicionales tales como; danza, acrobacia, voleibol, ultimate, fútbol, entre otros.

CICLO: CINCO

IMPRONTA DEL CICLO: PROYECTO PROFESIONAL Y LABORAL

OBJETIVO GENERAL DEL CICLO: Vivenciar el proyecto de vida a través de las herramientas cognitivas y axiológicas adquiridas en la práctica diaria de cada una de las disciplinas y de los diversos ambientes significativos de aprendizaje para lograr trascendencia social.

OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA: Incrementar y/o mantener el desarrollo de las capacidades físicas, cualidades motrices, fundamentos táctico-técnicos y la vivencia de valores mediante la práctica deportiva, la organización y administración de eventos lúdicos, recreativos, deportivos y culturales institucionalmente.

➤ OBJETIVO GENERAL POR GRADO:

- **DÉCIMO:** Implementar y perfeccionar habilidades motoras y cognitivas aplicando fundamentos teóricos y tácticos en voleibol, futsal, entrenamiento personal, administración deportiva entre otros rescatando los valores germanistas en su camino de vida.
- **UNDÉCIMO:** Desarrollar y aplicar los aspectos relacionados en administración deportiva, teniendo como base planificar, elaborar, ejecutar y controlar los eventos lúdicos deportivos, destacando la práctica deportiva y su proyecto de vida debidamente planeada.

2.4. CÓMO SE CONCIBE LA EVALUACIÓN:

Debe ser progresiva, continua, e individualizada dadas las características de desarrollo psicomotriz de cada uno de los estudiantes debido a las diferencias genéticas, de salud, sociales, afectivas y culturales como: estructura morfofisiológica, experiencia motriz, antecedentes motrices, alimentación, patologías, cirugías, fracturas, etc. Las cuales determinan el rendimiento inicial, el nivel de progreso y la cumbre alcanzada por cada quien.

Sin embargo, la planificación del ejercicio durante las sesiones de clase conducirá a todos los estudiantes al logro de las metas propuestas para el grado en diferentes ritmos y condiciones de ejecución.

2.5. ¿QUÉ SE EVALÚA?

En los tres componentes que considera la enseñanza para la comprensión contemplamos como fundamentales, entre otros los siguientes aspectos:

PRÁXICO:

- ✓ Trabajo en clase tanto en teórica como en actividad física.
- ✓ Cumplimiento de condiciones de ejecución.
- ✓ Cantidad de sesiones realizadas.
- ✓ Justificación médica por enfermedad temporal o total de manera oportuna.
- ✓ Utilización de medios tecnológicos para evidenciar procesos prácticos.
- ✓ Justificación de inasistencia oportuna.

COGNITIVO:

- ✓ Registro de medidas (longitudes, tiempos, número de vueltas, repeticiones, series, etc.) tomadas en las diferentes sesiones.
- ✓ Toma de apuntes y consultas.
- ✓ Evaluaciones.
- ✓ Socializaciones.

AXIOLÓGICO:

- ✓ Uniforme adecuado y debidamente vestido, limpio y en buen estado.
- ✓ Asistencia.
- ✓ Puntualidad.
- ✓ Participación real en clase.
- ✓ Trato con los compañeros, docente, materiales y escenarios de trabajo.
- ✓ Responsabilidad: cumplimiento con las consultas, evaluaciones, entrega de justificaciones y trabajos.

2.6. MECANISMOS Y ESTRATEGIAS EXISTENTES PARA ATENDER OPORTUNAMENTE LAS DIFICULTADES

Al inicio del año escolar se realiza un trabajo diagnóstico en donde se realiza un reconocimiento del grupo, teniendo en cuenta su participación y comportamiento en los diferentes espacios del área y la adaptación al plan de trabajo propuesto. Se tiene en cuenta a los estudiantes con N.E.E. para plantear de la mano del grupo de educadoras especiales un plan de trabajo acorde al diagnóstico presentado.

Durante el transcurso del trimestre se realizan reportes y citaciones a estudiantes con dificultades académicas o convivenciales en el área, notificando al director de grupo, orientador y acudiente sobre la situación, dejando por escrito los acuerdos en el observador, realizando un seguimiento continuo de los compromisos.

2.7. METODOLOGIA (MATERIAL)

Para llevar a cabo el presente plan de estudios durante el año escolar cada profesor del área a partir de su estilo pedagógico y su conocimiento, programa el desarrollo de los diferentes contenidos siguiendo un orden progresivo de enseñanza-aprendizaje, teniendo en cuenta además del modelo pedagógico institucional, las habilidades o destrezas requeridas para cada fase del proceso y la situación psico-socio-emocional particular de cada niño, -la cual genera un ritmo propio y colectivo, además de una interacción humana particular-. De igual forma se cuenta con los diferentes materiales brindados por la institución (balones, cuerdas, aros, conos, colchonetas, etc.), junto con juguetes, juegos, deportes, ejercicios y dinámicas preparadas por los docentes durante el año, las cuales generan procesos pedagógicos que fortalecen no solo el desarrollo motor de los estudiantes, también las formas de concebir sus cuerpos y de interactuar positivamente no solo en el colegio, también en la sociedad en la cual viven su realidad y que les exige ciertas normas de convivencia.

2.8. ¿QUIÉN EVALÚA?

En concordancia con el modelo pedagógico institucional la evaluación debe contemplar a todos los sujetos que intervienen en el proceso, por lo cual tomaremos en cuenta a los tres actores de él:

***Autoevaluación:** Es la evaluación que cada individuo hace de su propio trabajo, refleja la autoestima y el concepto de trabajo que se maneja individualmente.*

***Coevaluación:** Realizada por grupos de personas del mismo o de diferentes estamentos, sobre una actividad o el desempeño de uno de sus miembros. Con ella bien dirigida se fomenta la sana crítica, la responsabilidad y se favorece el desarrollo profesional de los participantes.*

***Heteroevaluación:** Evaluación referida a la que hacen agentes externos al individuo evaluado, ya sea el maestro, el directivo, etcétera, con respecto al alumno. Es conveniente aclarar que antes de aplicar cualquiera de los anteriores tipos de evaluación el maestro o quien la haga, deberá clarificar para todos los estamentos de la comunidad educativa sus propósitos; pues se evalúa para conocer, corregir, mejorar, en consecuencia, el evaluado debe tener libre acceso a la información y a los resultados obtenidos de la evaluación.*

3. Matriz General Anual (Criterios de promoción)



<i>CICLO</i>	<i>GRADO</i>	<i>ESTÁNDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>HILOS CONDUCTORES</i>	<i>METAS ESPECÍFICAS</i>
PRIMERO	<i>Preescolar Primero Segundo</i>	<p>Reconocimiento del cuerpo y de las acciones de movimiento como expresión corporal en el reconocimiento del otro.</p> <p>Exploración del entorno a través de diferentes acciones corporales y corpóreas que respondan a múltiples situaciones presentes en su cotidianidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Actitud lúdica en el aprendizaje de los diferentes temas. ● Esquema corporal, reconocimiento y exploración del entorno. ● Posibilidades motrices con miras al uso de habilidades y patrones básicos de movimiento. ● Exploración del entorno próximo por medio de los sentidos. ● Lateralidad, orientación y ubicación espacio-tiempo. ● Coordinación dinámica global y segmentaria. ● Motricidad gruesa y fina. ● Equilibrio estático y dinámico. 	<p>¿Cómo reconocer y explorar el entorno a partir de las actividades motrices planteadas en clase?</p>	<p>Comprenderá de forma general los segmentos que conforman su cuerpo, y posibles movimientos, todo ello con el fin de fortalecer su dominio y ajuste corporal en las diversas actividades cotidianas.</p> <p>Comprenderá las acciones de movimiento acorde a su edad y sus capacidades, además de incentivar la coeducación frente a las limitaciones físicas de los demás compañeros.</p>

<p>SEGUNDO</p>	<p>Tercero Cuarto</p>	<p>Identificación de las capacidades y habilidades físicas en la realización de prácticas corporales (Juegos, pre-deportivos, talleres motrices), reconociendo sus fortalezas y debilidades en la ejecución de acuerdo con la diversidad de espacios.</p> <p>Fortalecimiento de la coordinación, equilibrio, estímulos a velocidad de reacción, flexibilidad y elasticidad.</p> <p>Práctica de actividades sensorio-motrices, ubicando y orientando la relación del sujeto consigo mismo y el mundo exterior.</p> <p>Reconocimiento de juegos y prácticas corporales propias de su contexto cultural, explorando su elaboración y ejecución en diferentes espacios.</p> <p>Reconocimiento de las capacidades otras en el contexto educativo a partir de acciones recreativas y lúdicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Coordinación dinámica general, viso-manual y viso-pédica. ● Percepción de la frecuencia cardíaca. ● Velocidad de reacción y de desplazamiento. ● Juegos Sensoriales y Ancestrales. ● Juegos de pelota. ● Control corporal. 	<p>¿Cómo incrementar sus cualidades y capacidades motrices, por medio de la iniciación hacia la obtención de nuevas experiencias corporales?</p>	<p>Comprenderá cómo identificar las capacidades, cualidades, habilidades y destrezas, aplicadas en la vida cotidiana.</p> <p>Comprenderá la importancia de explorar las capacidades y habilidades que tiene su cuerpo, explorando vivencias y sensaciones significativas para su vida.</p>
-----------------------	---	---	---	--	--

<i>CICLO</i>	<i>GRADO</i>	<i>ESTÁNDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>HILOS CONDUCTORES</i>	<i>METAS ESPECÍFICAS</i>
TERCERO	Quinto Sexto Séptimo	<p>Manifiesta inteligencia emocional adecuada en sus acciones motrices.</p> <p>Elabora y ejecuta esquemas de movimiento involucrando diferentes grupos musculares a partir de gestos motrices aprendidos junto con las habilidades y capacidades físicas requeridas.</p> <p>Reconoce y valora su potencial biológico y psíquico para realizar tareas motrices de manera individual como colectiva en el reconocimiento del otro como seres lúdicos y corpóreos.</p> <p>Desarrolla habilidades motrices que le permiten explorar y adaptarse al medio y al deporte.</p> <p>Potencia sus capacidades físicas en un contexto de respeto y significación positiva de la vida, cumpliendo normas y previniendo riesgos.</p> <p>Acepta, comprende y reconoce las diferentes limitaciones de sus compañeros e interactúa y coeduca con ellos para lograr superar sus metas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Experiencias básicas sobre la carrera de relevos y obstáculos, gimnásticas individuales y colectivas, ● Elongación dinámico y estático ● Esquema corporal. ● Patrones básicos de movimiento. ● Combinación de los patrones básicos de locomoción. ● Patrones de manipulación y sus diferentes combinaciones. ● Patrones de equilibrio y sus diferentes combinaciones. ● Relación Cuerpo-grupo 	<p>¿Desarrolla a partir de las formas básicas de locomoción, manipulación, equilibrio, destrezas y fundamentos técnicos básicos para distintas prácticas corporales y lúdico-deportivas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Comprenderá y reconocerá la importancia de mantener y desarrollar habilidades básicas motoras. - Comprenderá los mecanismos para fortalecer patrones básicos de locomoción. - Comprende y desarrolla las habilidades motrices que le permitan adaptarse al medio y al deporte. - Comprenderá las formas de adquirir destrezas a partir del trabajo en diferentes prácticas corporales y lúdico-deportivas. - Generar espacios de convivencia y reconocimiento del otro frente a la discapacidad y/o las dificultades que se presentan en el contexto educativo y deportivo.

<i>CICLO</i>	<i>GRADO</i>	<i>ESTÁNDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>HILOS CONDUCTORES</i>	<i>METAS ESPECÍFICAS</i>
CUARTO	Octavo Noveno	<p>Realiza de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de sus funciones orgánicas, físicas y corporales.</p> <p>Valora la competencia deportiva como un escenario para el desarrollo personal.</p> <p>Reconoce el carácter único de cada persona y se integra con facilidad a través de actividades lúdicas y deportivas.</p> <p>Respeto las normas de juego y contribuye a la creación de nuevas normas.</p> <p>Asume la victoria o la derrota en el juego y valora sus consecuencias.</p> <p>Aplica los fundamentos técnicos básicos en la práctica de diferentes modalidades deportivas.</p> <p>Reconoce fundamentos básicos de reglamentación en los diferentes deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Capacidades físicas. ● Trabajo cooperativo. ● Juego limpio. ● Fundamentos básicos sobre organización deportiva. ● Creación de esquemas de movimiento. 	<p>¿Mi cuerpo se mantiene fuerte, rápido, flexible y resistente por sí solo?</p> <p>¿Es necesaria la técnica, la táctica y la norma para la práctica deportiva?</p> <p>¿Se pueden crear esquemas de movimiento a partir de las experiencias corporales previas?</p>	<p>- Comprenderá los mecanismos de desarrollo y aplicación de trabajo continuo en un proceso de larga duración, evidenciando un óptimo juego de movimientos parciales, simultáneos o sucesivos.</p> <p>- Comprenderá los mecanismos perceptivo-motrices de diferenciación kinestésica, orientación espacial y orientación temporal</p> <p>-Comprenderá la dinámica, fundamentos técnicos, tácticos y normas en las diferentes actividades lúdicas y deportivas.</p>

<i>CICLO</i>	<i>GRADO</i>	<i>ESTÁNDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>HILOS CONDUCTORES</i>	<i>METAS ESPECÍFICAS</i>
<i>QUINTO</i>	<i>Décimo Undécimo</i>	<p>Asume la Educación Física como medio para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria.</p> <p>Utiliza procedimientos técnicos confiables para controlar y evaluar sus propios logros en el desarrollo de su dimensión corporal.</p> <p>Elaboración de esquemas motrices con apoyo de diferentes elementos</p> <p>Reconoce, respeta y valora las diferentes prácticas corporales presentes en los distintos grupos étnicos y sociales.</p> <p>Aprecia y aplica los valores de solidaridad, cooperación, honestidad y lealtad a través de su vivencia en actividades lúdicas y deportivas.</p> <p>Organiza y administra torneos en la institución educativa y en la comunidad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Preparación física de base. ● Entrenamiento Personal: planificación de la actividad física, control de la actividad física, componentes de la planificación de la actividad física. ● Planificación y organización de eventos culturales y deportivos. ● Fundamentos básicos sobre la recreación. ● Capacidades coordinativas 	<p>¿Cuál es la importancia y los aspectos determinantes para la organización de un evento deportivo?</p> <p>¿Es la recreación un componente importante en el desarrollo social e integral del ser humano?</p> <p>¿Por qué y para que debo realizar actividad física?</p>	<p>- Comprenderá los elementos básicos sobre la reglamentación y estrategias de juego en distintas modalidades deportivas.</p> <p>- Comprenderá los principios básicos para la planificación y ejecución de rutinas encaminadas a forjar hábitos saludables.</p> <p>- Comprenderá su cuerpo como esencia dinámica en la elaboración de esquemas corporales coordinativos.</p>

4. MATRICES POR CICLO Y PERIODO



COLEGIO GERMÁN ARCINIEGAS
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL

Reconocimiento Oficial Resolución S.E.D. N° 161 del 24 de Enero de 2008, modificada por la Resolución N° 059 del 15 de Diciembre de 2023



MATRIZ PLAN DE ESTUDIOS

DIMENSIÓN CORPORAL			CICLO: UNO (PREESCOLAR)		AÑO: 2024
PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	Conoce su cuerpo y explora los diferentes movimientos que puede realizar de manera autónoma acorde a la edad.	1.Reconocimiento del cuerpo. 2.Identificación de capacidades corporales y de sus sentidos.	Comprenderá cómo controlar y manejar el peso de su cuerpo en movimiento, identificando cada una de las partes que lo integran y reconociéndose como su herramienta principal de expresión corporal.	1. Reconoce las diferentes posibilidades de movimiento que nos brinda el cuerpo a nivel de locomoción y kinestésica. 2. Identifica los estados de tensión y relajación en el cuerpo, por medio de actividades libres y dirigidas. 3. Utiliza de forma correcta el uniforme de educación física para generar sentido de pertenencia con la institución y el espacio académico.	1. Crear y ejecutar un circuito con diferentes acciones de movimiento presentándose al grupo de compañeros. 2. Presentar pruebas dirigidas por el docente para evidenciar los estados de tensión y relajación del cuerpo acorde a la actividad física que se encuentre realizando. 3. Demostrar agrado por el uso correcto del uniforme de educación física y el cuidado personal en el entorno académico
2	Afianzamiento de la orientación y ubicación espacial del niño(a) en su contexto.	1. Mi cuerpo con relación a mi entorno.	Comprenderá la noción de movimiento con relación tiempo-espacio a partir de sí mismo, con referencia al entorno y a quienes lo rodean.	1. Responde a órdenes de tareas motrices globales y segmentarias ante estímulos auditivos, táctiles y visuales. 2. Realiza desplazamientos en diferentes direcciones, trayectorias y velocidades segmentarias a partir de su entorno. 3. Participa con respeto y de manera activa en las actividades planteadas en clase.	1. Ejecutar diversas formas de desplazamiento con órdenes auditivas, táctiles y visuales. 2. Utilizar, aplicar y diferenciar las nociones de ubicación espacial. 3. Definir y entender los aspectos, normas y reglas que se deben tener en cuenta durante la clase para el buen desarrollo de la misma.

3	Estimulación de los propioceptores (movimiento y posición de las articulaciones) articulado con motricidad fina.	1. Ven vamos a jugar.	Comprenderá la importancia de su corporalidad junto con la de otros; manipular y moldear diferentes elementos según su forma, textura y material.	<ol style="list-style-type: none"> Ejecuta ejercicios como: saltos, rollos, giros, desplazamientos combinados, cambios consecutivos de posturas y balanceos. Explora los diferentes objetos lúdicos y deportivos utilizados en clase. identificando las dimensiones, texturas y funciones. Define las normas que se plantean en los juegos, las respeta y las asume. 	<ol style="list-style-type: none"> Presente pruebas dirigidas por el docente para evidenciar el afianzamiento de acciones locomotoras. Escoge y explique a sus compañeros y docente la textura de tú elemento deportivo preferido. Identificar normas y compromisos en actividades dirigidas y no dirigidas
---	--	-----------------------	---	---	--

<i>DIMENSIÓN: CORPORAL</i>		<i>CICLO: UNO (PRIMERO)</i>			<i>AÑO: 2024</i>
<i>PERIODO</i>	<i>ESTANDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>METAS DE COMPRENSIÓN</i>	<i>INDICADORES DE DESEMPEÑO</i>	<i>DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN</i>
1	Conoce y aplica las conductas psicomotoras elementales.	<ol style="list-style-type: none"> Aplicabilidad de la lúdica en el aprendizaje de los esquemas psicomotores. Aprendizaje y buen uso de la respiración en la actividad física. Orientación distancia, lateralidad y espacial (cerca-lejos, adentro-afuera, arriba-abajo, de pie-acostado). 	Comprenderá la importancia y aplicabilidad de las conductas psicomotoras y la de otros interactuando con respeto frente a las normas.	<ol style="list-style-type: none"> Explora y reconoce por medio de prácticas corporales su conciencia y huella corporal. Reconoce la diferencia entre los movimientos sobre los planos de arriba y abajo y se desplaza con cambios de dirección. Demuestra respeto por sus compañeros y docentes. 	<ol style="list-style-type: none"> Realiza con ayuda de tus padres una socialización sobre la huella corporal que provoca la clase de educación física. Con ayuda de los padres practique los planos arriba y abajo y su periferia derecha e izquierda y realice desplazamientos con cambios de dirección a través del juego. Elabore con ayuda de los padres una serie de compromisos verificables sobre normas básicas de respeto.
2	Afianzamiento hacia la proyección espacial del niño(a) en su contexto.	<ol style="list-style-type: none"> Exploración del entorno a través de actividades sensoriales. Posibilidades de movimiento e independencia funcional por segmentos corporales. Movimiento por direcciones espaciales y temporales. 	Comprenderá cómo ubicarse teniendo en cuenta puntos de referencia y su relación con el tiempo.	<ol style="list-style-type: none"> Comprende la ubicación de los diferentes objetos de su espacio físico y los orienta según las indicaciones de clase. Emplea y dirige los implementos lúdicos y deportivos en trayectorias como rectilínea y curvilínea de manera adecuada. Participa y se integra respetando los acuerdos de clase con sus compañeros en actividades grupales. 	<ol style="list-style-type: none"> Realice un gráfico del parque y ubique cada elemento, cancha y/o juego que hayas visto. Durante un circuito motor maneje de manera adecuada diferentes elementos deportivos, teniendo en cuenta la secuencia planteada. Dialogue con los padres sobre la importancia del trabajo en equipo y elabore un friso donde resalte lo más importante.

3	Estimulación a través de experiencias y conceptos a partir de las Habilidades Básicas.	1. Posibilidades motrices a través de habilidades y patrones básicos de movimiento. 2. Formas básicas de locomoción (Gatear, Caminar, Trotar, Reptar, Saltar, Agarrar y Atrapar).	Comprenderá el beneficio del juego como un posibilitador para la obtención de experiencias significativas y múltiples experiencias corporales.	1. Desarrolla habilidades motoras que conlleven al aprendizaje de acciones cuerpo-objeto. 2. Afianza las acciones de movimiento en diferentes espacios y direcciones, por medio de juegos pre-deportivos y recreativos. 3. Acepta las acciones propias de sus compañeros y se asocia con ellos de manera adecuada reconociendo las capacidades otras de las y los compañeros.	1. Realice un dibujo en donde se evidencie las acciones de cuerpo-objeto y socializarlo en clase. 2. Presente pruebas dirigidas por el docente en donde se evidencie el afianzamiento de acciones locomotoras. 3. Dialogue con sus padres sobre la importancia de respetarse a sí mismo y a los demás, para posteriormente socializarlo en clase.
---	--	--	--	---	---

<i>DIMENSIÓN: CORPORAL</i>		<i>CICLO: UNO (SEGUNDO)</i>			<i>AÑO: 2024</i>
<i>PERIODO</i>	<i>ESTANDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>METAS DE COMPRENSIÓN</i>	<i>INDICADORES DE DESEMPEÑO</i>	<i>DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN</i>
1	Adaptación al ejercicio y concientización de sus efectos fisiológicos por medio de conductas psicomotoras.	1. Esquema y estructura corporal, reconocimiento y exploración del entorno. 2. Coordinación dinámica global y segmentaria (Brazos y Piernas). 3. Esquema de equilibrio estático y dinámico.	Comprenderá la importancia de desarrollar una buena conducta psicomotora y de proyección espacial, interactuando adecuadamente con su entorno y consigo mismo.	1. Afianza la independencia segmentaria como elemento clave de la propiocepción, conduciendo elementos deportivos de uso manual y pedico alternándose según indicaciones dadas. 2. Realiza giros, rollos y saltos en desplazamientos (línea recta, giros, zigzag) a diferentes velocidades sin perder el equilibrio en diferentes superficies. 3. Expresa vivencias propias de la clase con sus compañeros demostrando entusiasmo y apropiación de lo aprendido.	1. Prepare una serie de ejercicios en donde realice trabajos alternos por la derecha e izquierda con objetos. 2. Presente pruebas dirigidas por el docente para evidenciar el afianzamiento de acciones con las extremidades superiores e inferiores. 3. Dialogue con sus padres sobre la importancia de respetar los diferentes espacios de clase y por medio de un collage represente lo más sobresaliente.
2	Reconoce y apropia de su entorno a través de conductas psicomotoras e iniciación a destrezas elementales, que le permiten desarrollar y expresar armónicamente su corporalidad.	1. Fortalecer el equilibrio estático y dinámico. 2. Fomentar y reconocer técnicas de respiración, tensión y relajación. 3. Conceptos de expresión corporal tiempo-espacial.	Comprenderá las conductas psicomotoras y las destrezas elementales, tales como el equilibrio para fortalecer el centro de gravedad y la base de sustentación.	1. Reconoce las posturas propias del equilibrio estático y dinámico mejorando su equilibrio posicional. 2. Controla la tensión corporal global y segmentaria de conformidad a tareas e indicaciones planteadas en clase. 3. Trabaja en orden reconociendo, aceptando y valorando la participación y las capacidades otras de sus compañeros y compañeras.	1. Durante un circuito desplazarse con seguridad a diferentes velocidades sin perder el equilibrio por superficies elevadas. 2. Presente pruebas planteadas por el docente en donde se evidencie los estados de tensión y relajación del cuerpo (Ejercicios de Yoga). 3. Dialogue con los padres la importancia de utilizar el uniforme adecuado para la clase y respetarse a sí mismo y a los demás, a través de un dibujo para posteriormente socializar de manera verbal.

3	Expresa su visión y concepción particular del mundo a través del juego.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ejecución de coordinación dinámica entre miembros superiores e inferiores. 2. Continuidad y secuencia de movimientos a partir de las dinámicas del juego. 3. Lateralidad, orientación y ubicación tiempo-espacio según el juego propuesto. 	Comprenderá la importancia de su corporalidad y la de otros interactuando a partir de diversas estrategias lúdicas, pedagógicas y deportivas con respeto hacia las normas del juego.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Afianza la coordinación dinámica a través de ejercicios físicos y de diferentes juegos lúdico-deportivos. 2. Realiza movimientos a partir de instrucciones y demostraciones construyendo esquemas de movimiento. 3. Reconoce a sus compañeros y docentes como actores directos en el diario vivir, y respeta sus opiniones y actuaciones garantizando la coeducación. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Con ayuda de los padres prepare un juego o una ronda para compartirlo con los niños y niñas en clase. 2. Durante un circuito motor maneja de manera adecuada diferentes elementos deportivos. 3. Dialogue con sus padres la importancia que tiene toda la comunidad educativa en su proceso de formación y elabore un friso con las conclusiones.
----------	---	---	--	--	--

<i>ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE</i>		<i>CICLO: DOS (TERCERO)</i>		<i>AÑO: 2024</i>	
<i>PERIODO</i>	<i>ESTANDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>METAS DE COMPRENSIÓN</i>	<i>INDICADORES DE DESEMPEÑO</i>	<i>DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN</i>
1	Afianzamiento de las cualidades físicas mediante actividades dirigidas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Velocidad de reacción y de desplazamiento. 2. Control corporal en diferentes velocidades. 3. El estudiante a través de trabajos prácticos reconocerá e identificará la importancia de sus capacidades físicas básicas y su utilidad en el contexto educativo, deportivo y social. 	Comprenderá la importancia de conocer sus capacidades físicas mediante actividades lúdicas-deportivas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ejecuta prácticas corporales encaminadas al fortalecimiento de capacidades físicas. 2. Realiza movimientos a partir de instrucciones y demostraciones construyendo esquemas de movimiento. 3. Se integra y trabaja de manera grupal reconociendo las expresiones corporales y las capacidades de los compañeros de clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Durante un circuito por estaciones evidencia el afianzamiento de la capacidad física vista en el trimestre. 2. Por medio de un friso representa lo más sobresaliente e importante en cada una de las sesiones de clase. 3. Reflexione con sus padres sobre la importancia de utilizar el uniforme adecuado para la clase y respetar la normatividad de la misma y por medio de un dibujo represente lo más sobresaliente.
2	Afianza las habilidades básicas y evidencia experiencias gimnásticas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Juegos Sensorio-motrices 2. Flexibilidad y elasticidad. 	Comprenderá las aplicaciones de movimientos desarrollados en clase para el diario vivir, utilizando hábilmente todos sus segmentos corporales.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Relaciona sus prácticas corporales cotidianas con los conceptos teóricos sensorio-motrices. 2. Explora actividades sensorio-motrices por medio de juegos y talleres, reconociendo las capacidades de su cuerpo 3. Demuestra respeto por sus compañeros en el momento de ejecutar acciones dirigidas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Practique, afiance y presente los retos corporales correspondientes al trimestre. 2. Elabore un juego sensorio-motriz para ser aplicado en clase. 3 Dialogue con los padres sobre la importancia de respetar los diferentes espacios de clase y por medio de un collage represente lo más sobresaliente.

3	Coordinación dinámica general con movimiento y juegos con elementos.	1. Coordinación dinámica general, viso-manual y viso-pédica a través del juego.	Comprenderá la importancia del cuerpo y los posibles movimientos que puede ejecutar de forma dinámica con todos sus segmentos corporales.	1. Identifica y practica los patrones básicos de movimiento y los explora por medio de diferentes juegos. 2. Asume de forma responsable retos corporales integrando acciones de coordinación viso-manual y viso-pédica. 3. Se presenta a clase con la indumentaria y realiza su mejor desempeño práctico y cognitivo en clase, velando por su integridad y por el bienestar de sus compañeros.	1. Fortalece los ejercicios propuestos en clase y los presenta mediante retos corporales de un minuto de duración. 2. Dialogue con sus padres sobre la importancia de utilizar el uniforme adecuado para la clase y representelo por medio de un dibujo represente lo más sobresaliente.
---	--	---	---	--	---

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE					
CICLO: DOS (CUARTO)				AÑO: 2024	
PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	Aprestamiento a técnicas y habilidades con segmentos superiores a través de actividades lúdico-deportivas para el mejoramiento de la coordinación viso manual.	1. Grupos musculares generales del tren superior. 2. Habilidades básicas de manipulación y juegos de pelota.	Comprenderá la importancia de las posibilidades de movimiento generadas y aplicadas por los segmentos superiores en prácticas lúdico-deportivas.	1. Identifica acciones realizadas principalmente con los miembros superiores y las relaciona con diferentes prácticas corporales. 2. Explora por medio de actividades lúdico-deportivas el uso adecuado del tren superior, mejorando la coordinación viso manual. 3. Reconoce la autoridad e importancia del docente asumiendo y respetando las indicaciones dadas.	1. Presente los retos corporales planteados en el trimestre de acuerdo con la temática vista. 2. Dialogue con sus padres sobre la importancia de respetar la normatividad de clase y por medio de un cuento represente lo sobresaliente e importante en cada una de las sesiones de clase. 3. Dialogue con sus padres sobre la importancia del trabajo en equipo teniendo en cuenta los puntos de vista de los demás y por medio de un collage represente lo más sobresaliente.

2	Reconocimiento de juegos y prácticas corporales propias de su contexto y de las capacidades otras.	1. Experiencias corporales a partir de los juegos ancestrales.	Comprenderá la importancia de explorar las capacidades y habilidades que tiene su cuerpo, explorando vivencias y sensaciones significativas para su vida.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoce la importancia de los juegos ancestrales como parte fundamental en el reconocimiento cultural de su entorno. 2. Explora sus capacidades motrices por medio de la elaboración y práctica de juegos ancestrales. 3. Comprende la importancia de preservar su integridad y el bienestar de sus compañeros. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presentar al grupo de compañeros un juego ancestral practicado por algún integrante de la familia junto con sus diversas formas de juego, elementos que lo componen y posibles reglas. 2. Elabore un juego ancestral con el cual se permita fortalecer sus capacidades motrices, para presentarlo en clase. 3. Dialogue con sus padres sobre la importancia del cuidado del cuerpo y por medio de un friso represente lo más sobresaliente.
3	Desarrollar la coordinación viso-pédica mediante la aplicación del juego y algunos deportes.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Grupos musculares generales del tren inferior. 2. Juegos de pelota. 	Comprenderá la importancia de las posibilidades de movimiento generadas y aplicadas por los segmentos inferiores en prácticas lúdico-deportivas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce la parte ósea y muscular de los segmentos inferiores y sus principales características. 2. Explora por medio de actividades lúdico-deportivas el uso adecuado del tren inferior dominando de esta manera su coordinación viso-pédica. 3. Socializa con sus compañeros reconociendo sus capacidades y aptitudes como estructura fundamental de las relaciones interpersonales. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Planifica los ejercicios propuestos en clase y los presenta mediante retos corporales. 2. Dialoga con sus padres sobre la importancia del trabajo en equipo teniendo en cuenta los puntos de vista de los demás y por medio de un collage represente lo más sobresaliente.

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE		CICLO: TRES (QUINTO)			AÑO: 2024
PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	Desarrollar esquemas de movimiento integrando las habilidades motrices.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollo de circuitos de movimiento afianzando habilidades motrices básicas. 2. Práctica de habilidades motrices por medio de retos corporales. 	Comprenderá la importancia del control y dominio de segmentos corporales, mejorando las capacidades y cualidades físicas mediante prácticas corporales.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Controla, regula y adecua sus sistemas cardio – respiratorio en rutinas de fortalecimiento, estiramiento, caminatas, trote, carreras de relevos y obstáculos. 2. Explora e integra las habilidades motrices básicas a partir de prácticas corporales. 3. Reconoce y respeta las condiciones propias de sus compañeros de curso y de cursos inferiores, manteniendo un buen comportamiento y actuando de manera responsable. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase, consígnelas en el cuaderno y susténtelas. 2. Presente los retos del trimestre de acuerdo con la temática vista. 3. Dialogue con los padres sobre la importancia del trabajo en equipo teniendo en cuenta los puntos de vista de los demás y por medio de un collage represente lo más sobresaliente.
2	Ejecuta ejercicios prácticos encaminados al afianzamiento y adaptación deportiva y lúdica.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apropiación de patrones de manipulación y sus diferentes combinaciones. 2. Desarrollo de destrezas básicas de habilidad con elementos. 	Comprenderá cuales son las acciones de manipulación y el uso de ellas en diferentes actividades lúdico-deportivas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica las acciones de manipulación, explorando movimientos a través de acciones lúdico-deportivas. 2. Asume de forma responsable retos corporales integrando acciones de coordinación viso-manual. 3. Identifica claramente el respeto por los demás como fuente fundamental en las relaciones sociales con sus compañeros y docentes. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase, consígnelas en el cuaderno y susténtelas. 2. Presente los retos corporales planteados en trimestre de acuerdo con la temática vista. 3. Mediante la elaboración de un friso representa los más sobresaliente durante el trimestre, y anexa los comentarios que surgen sobre el trabajo en equipo mediante una charla con sus padres.
3	Domina su control corporal a nivel de equilibrio dinámico y estático, a partir de esquemas de movimiento generales y específicos.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Destrezas básicas de habilidad con elementos. 2. Ejercicios de complejidad en centro de gravedad y base de sustentación. 3. Dominio del esquema corporal a partir de patrones de equilibrio y sus diferentes combinaciones. 	Comprenderá cuales son las acciones de estabilidad y la importancia de estas en la ejecución de prácticas corporales, enriqueciendo su huella motriz y afianzando procesos de autonomía y perseverancia en su diario vivir.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Define el concepto de equilibrio dinámico y estático, e identifica las características que los componen y que los diferencia. 2. Afianza el equilibrio dinámico y estático con diferentes objetos coordinando movimientos de manera individual y grupal. 3. Reconoce sus errores en ejecuciones dirigidas y los de sus compañeros respetando cada una de las limitaciones temporales que se puedan presentar. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presente en el cuaderno la consulta mediante archivo bibliografía relacionada sobre el concepto de equilibrio, relacionándolo con las prácticas realizadas en el trimestre. 2. Presente los retos corporales planteados en el trimestre de acuerdo con la temática vista. 3. Dialogue con los padres sobre la importancia del trabajo en equipo teniendo en cuenta los errores y virtudes del grupo y propios y por medio de una historieta represente lo más sobresaliente.

PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconozco la importancia del Mindfulness consciente en la práctica de la educación física. 2. Establezco la diferencia en cada una de las técnicas aplicadas del MF (meditación, atención plena en la respiración, contemplación de sensaciones, emociones, consciencia corporal – sensorial y relajación corporal. 3. Implemento en mi vida y entorno, la práctica del MF y su importancia en el desarrollo integral del ser humano. 	<p>Temáticas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Consciencia corporal - sensorial 2. Expresión y conocimiento corporal 3. Regulación emocional 4. Convivencia grupal 	<p>Comprenderá la importancia del MF en el desarrollo integral del ser humano y la importancia en la salud física, mental, emocional y social.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica la analogía entre mente y cuerpo a través del Mindfulness 2. Realiza diferentes técnicas del MF, a través de actividades y ejercicios guiados. 3. Respeta su espacio personal y el de su compañero, construyendo colectivamente ambientes de convivencia sanos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realice una sustentación donde exponga que es el Mindfulness y las diferentes técnicas aplicadas en clase de educación física. 2. Planee y ejecute una sesión de clase donde se evidencie lo aprendido durante el trimestre. 3. Realiza una sustentación sobre los acuerdos establecidos en clase

2	<p>1. Reconoce y acepta las diferencias presentes en el grupo, y genera estrategias en equipo para llevar a cabo las diferentes tareas planteadas para la clase.</p> <p>2. Desarrollo motor a partir del trabajo relacionado con patrones de manipulación de objetos, lanzar, pasar, atrapar, agarrar, recibir, equilibrar, amortiguar.</p> <p>3. Reconoce la situación ambiental y su influencia en las dinámicas corporales.</p>	<p>1. Enriquecimiento de la huella motora Coordinación a partir de patrones básicos de manipulación.</p> <p>2. Manipulación de objetos y exploración de posibilidades utilizando diferentes partes del cuerpo y diferentes objetos.</p> <p>3. Percepción correcta de la información del medio ambiente y su influencia en el cuerpo.</p>	<p>Comprenderá la importancia de enriquecer su huella motora a partir de trabajos de coordinación manifestándose en la realización adecuada de tareas motrices en tiempos adecuados.</p>	<p>1. Conoce el concepto de coordinación, tipos de coordinación y da cuenta de ello a partir de ejemplos prácticos.</p> <p>2. Ejecuta formas básicas de manipulación donde se evidencie coordinación ritmo, fluidez y equilibrio.</p> <p>3. Respeta las normas de trabajo en clase y su actitud refleja su óptimo rendimiento.</p>	<p>1. Elabore un juego de mesa con las principales características de la coordinación y los tipos de coordinación.</p> <p>2. Realice diferentes ejercicios de manipulación donde se evidencie coordinación, fluidez y ritmo.</p> <p>3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros.</p>
3	<p>1. Crea cadenas de movimiento y puestas en escena, involucrando los diferentes temas vistos durante el año.</p> <p>2. Trabajo y juego en equipo.</p> <p>3. Participación activa y estratégica en los diferentes eventos institucionales.</p>	<p>1. Centro de gravedad y base de sustentación.</p> <p>2. Flexibilidad y elasticidad.</p> <p>3. Esquema corporal.</p>	<p>Comprenderá los métodos de desarrollo de los patrones de equilibrio, posturas básicas, giros, posiciones invertidas haciendo un trabajo individual y en grupo aplicando técnicas de los diferentes patrones.</p>	<p>1. Reconoce los patrones básicos de movimiento y los relaciona con el desarrollo de habilidades gimnásticas básicas</p> <p>2. Crea cadenas de movimiento junto a sus compañeros, combinando los temas vistos en clase.</p> <p>3. Se interesa por las necesidades, fortalezas y debilidades de sus compañeros, con el fin de mejorar el trabajo en equipo.</p>	<p>1. Prepare y presente los ejercicios de patrones de equilibrio, fundamentos técnicos, para la realización de las diferentes posturas vistas en el trimestre que no presentó oportunamente.</p> <p>2. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase, consígnelas en el cuaderno y presente la evaluación pertinente.</p> <p>3. Elabore un cuento en donde narra las fortalezas y debilidades del grupo.</p>

PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	1. Comprendo los conceptos teóricos del atletismo de pista. 2. Identifico la relación cuerpo y movimiento en la práctica del atletismo de pista. 3. Optimizo la técnica de las pruebas de pista a través del desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas.	Temáticas: 1. Teoría 2. Acondicionamiento físico 3. Test 4. Capacidades físicas 5. Capacidades coordinativas 6. Pruebas de pista	Comprenderá la teoría y práctica del atletismo de pista, mejorando la técnica de cada una de las pruebas.	1. Identifica y maneja conceptos, componentes, clases, formas de trabajo y control de fortalecimiento de patrones, relacionando trabajos de locomoción y sus respectivas combinaciones. 2. Comprende la técnica y ejecuta ejercicios del atletismo de pista. 3. Respeta las normas de trabajo en clase y su desempeño refleja su máximo rendimiento.	1. Realice una exposición de las temáticas vistas en el trimestre. 2. Planee y ejecute una sesión de clase donde se evidencie las pruebas de pista (atletismo). 3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros
2	1. Comprendo los conceptos teóricos del atletismo de campo. 2. Identifico la relación cuerpo y movimiento en la práctica del atletismo de campo. 3. Perfecciono la técnica de las pruebas de campo a través del desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas.	Temáticas: 1. Teoría 2. Acondicionamiento físico 3. Test 4. Capacidades físicas 5. Capacidades coordinativas 6. Pruebas de campo	Comprenderá la teoría y práctica del atletismo de campo, perfeccionando la técnica de cada una de las pruebas.	1. Identifica y maneja conceptos, componentes, clases, formas de trabajo y control de fortalecimiento de patrones, relacionando trabajos de locomoción y sus respectivas combinaciones. 2. Comprende la técnica y ejecuta ejercicios del atletismo de campo. 3. Respeta las normas de trabajo en clase y su desempeño refleja su máximo rendimiento.	1. Haga una exposición de las temáticas vistas en el trimestre. 2. Cree un test donde evalúe cada una de las capacidades físicas desarrolladas en el atletismo de campo. 3. Elabore una cartelera sobre la importancia del buen uso de los espacios y material de clase

<p style="text-align: center;">3</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Comprendo la importancia de las pruebas múltiples en la práctica del atletismo. 2. Optimizo mi condición física por medio de ejercicios. 3. Construyo relaciones interpersonales positivas en la práctica de actividades. 	<p>Temáticas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teoría 2. Acondicionamiento físico 3. Test 4. Capacidades físicas 5. Capacidades coordinativas 6. Pruebas combinadas 	<p>Comprenderá la teoría y práctica de las pruebas múltiples, optimizando la técnica de cada una de las pruebas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conoce el significado de los conceptos de cada deporte de Atletismo de campo. 2. Reproduce motrizmente destrezas técnicas básicas lanzamientos, saltos e impulsiones. 3. Muestra interés por sus compañeros cuando estos requieren de su apoyo durante los trabajos en clase. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realice una sustentación de las temáticas vistas en el trimestre. 2. Construya de forma creativa una sesión de clase donde involucre las pruebas múltiples.
---	--	--	--	--	---

PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconozco la importancia de la coordinación viso – manual. 2. Ejecuto ejercicios lúdicos optimizando la manipulación de objetos. 3. Proyecto lo aprendido en clase y trabajo en equipo para la realización de pruebas. 	Temáticas: <ol style="list-style-type: none"> 1. Teoría 2. Coordinación segmentaria 3. Coordinación intermuscular e intramuscular 4. Coordinación fina y gruesa 5. Coordinación espacial 	Comprenderá la importancia de la coordinación viso – manual en la práctica general de la educación física	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica la importancia de la coordinación viso – manual. 2. Establece la diferencia entre la coordinación viso – manual y viso – pedica. 3. Ayuda, aporta y colabora a sus compañeros en el desarrollo de todas las actividades. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Consulte cuál es la importancia de la coordinación viso – manual en la vida del ser humano y exponga ante sus compañeros. 2. Realice un juego con material reciclable donde se evidencie la coordinación viso – manual. 3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros, basándose en las normas de seguridad trabajadas
2	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se fundamenta en los principales golpes de voleibol y conocimiento general del deporte. 2. Ejecuta y propone ejercicios manipulativos. 3. Conceptualiza y utiliza el lenguaje técnico adecuado de acuerdo con el movimiento que está ejecutando. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocimiento básico de los principales golpes en voleibol. 4. Trabajo de fuerza atendiendo a sus características físicas propias de su edad. 5. Acoplamiento variabilidad motriz extremidades (brazos, piernas), tronco y cabeza. 6. Desarrollo de la coordinación y precisión. 	Comprenderá los mecanismos perceptivos motrices de diferenciación kinestésica y trabajo continuo de los goles principales del voleibol y cadenas de ejecuciones motrices.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aprende los conceptos de los golpes de voleibol y su desarrollo como capacidad fundamental para la ejecución de cada uno de ellos. 2. Ejecuta de forma coordinada diferente golpes de voleibol. 3. Regula de forma apropiada las emociones que se puedan presentar durante la clase dando una respuesta positiva. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realice una consulta sobre el concepto de los golpes de voleibol y sus variables, socialícelo en clase. 2. Realiza los diferentes ejercicios propuestos para la manipulación del balón de voleibol. 3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros, basándose en las normas de seguridad trabajadas

3	<p>Aplica fundamentos técnicos, tácticos y normas de baloncesto en situación real de juego y competencia obedeciendo al juego limpio.</p> <p>Identifica y maneja conceptos, componentes, clases, formas de trabajo, control de dieta, fundamentos técnicos, tácticos y normas de baloncesto.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capacidades físicas. 2. Trabajo cooperativo. 3. Juego limpio. 4. Efectivo y técnico manejo del balón de baloncesto 	<p>Comprenderá los métodos de aplicación de fundamentos técnicos, tácticos y normas del baloncesto en ejercicios, secuencias y situaciones reales de juego, y los principios básicos de nutrición.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identifica y maneja conceptos técnicos propios del baloncesto 2. Reproduce motrizmente fundamentos técnicos y tácticos de baloncesto en situación real de juego y competencia aplicando su reglamento. 3. Se presenta a clase con la indumentaria (camiseta, pantaloneta, tenis), hidratación y protección adecuadas y trabaja por realizar su mejor desempeño. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase, consígnelas en el cuaderno y presente la evaluación pertinente 2. Prepare y presente los ejercicios de fuerza y/o flexibilidad, técnicos de baloncesto que no presentó oportunamente. 3. Elabore un ensayo de juego limpio y nutrición.
----------	--	--	--	--	---

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE **CICLO: CUATRO (NOVENO)** **AÑO: 2024**

<i>PERIODO</i>	<i>ESTANDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>METAS DE COMPRENSIÓN</i>	<i>INDICADORES DE DESEMPEÑO</i>	<i>DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN</i>
1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Realiza de manera adecuada el reconocimiento de su propio cuerpo, mente y espíritu, para el óptimo desarrollo de su estado intrapersonal. 2. Desarrolla actividades recreo deportivas donde interviene el trabajo individual y grupal. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dominio de su propia mente y cuerpo. 2. Entrenamiento funcional acorde a sus capacidades físicas. 	<p>Comprenderá y ejecutará prácticas corporales fundamentadas en el entrenamiento funcional, beneficiando su salud física y mental.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce sus capacidades físicas y como se mejoran a través del entrenamiento funcional. 2. Asimila y ejecuta actividades dirigidas en el fortalecimiento de sus capacidades físicas por medio del entrenamiento funcional. 3. Ayuda, aporta y colabora a sus compañeros en el desarrollo de todas las actividades. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recuerde las actividades realizadas en clase e indique la importancia del entrenamiento funcional. 2. Prepare un plan de entrenamiento funcional y socialícelo con el grupo a través de una práctica. 3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros.

2	<p>Asimila, aplica y ejecuta ejercicios de adaptabilidad y ambientación para la práctica del voleibol a partir de trabajos técnicos básicos.</p> <p>Desarrolla, ejecuta y genera trabajos coordinativos, a partir de la práctica de actividades referentes al voleibol, además de reconocer las capacidades físicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecimiento. - Coordinación. - Resistencia Aeróbica. - Experiencia corporal. - Desplazamientos. <ol style="list-style-type: none"> 1. Dominio de las acciones motoras y fundamentos técnicos básicos para la práctica del voleibol. 2. Incremento de la rapidez a partir de la fundamentación técnica. 3. Desarrollo de las capacidades físicas coordinativas. 	<p>Comprenderá los mecanismos perceptivos motrices de diferenciación kinestésica y ejecución técnica de los fundamentos necesarios para la práctica enfocadas en el deporte del voleibol, utilizándose como formas jugadas en situaciones reales de juego.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce conceptos tales como reseña histórica, generalidades del voleibol y sus capacidades físicas. 2. Asimila y ejecuta movimientos técnicos, donde se evidencie el dominio, fluidez y coordinación; en la ejecución y capacidad de utilizarlas en situaciones reales de juego. 3. Respeta las normas de trabajo en clase y su desempeño refleja su máximo rendimiento y esfuerzo. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Recuerde las actividades realizadas en clase y prepare una sustentación, demostrando el dominio en la temática que quiere dar a entender. 2. Prepare y presente las respectivas pruebas para cada uno de los movimientos técnicos trabajados en clase. 3. Elabore una exposición acerca del uso inadecuado del lenguaje verbal y la agresión física hacia otros.
3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrolla de manera eficaz las capacidades físicas y motoras. 2. Mejora y mantiene la ejecución técnica de pases, en las diferentes actividades relacionadas con el ultimate. 3. Reconoce fundamentos básicos de reglamentación del Ultimate. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalecimiento. - Coordinación. - Resistencia Aeróbica. - Diferenciación Kinestésica. - Desplazamientos. <ol style="list-style-type: none"> 1. Dominio de las acciones motoras y fundamentos técnicos básicos. 2. Acercamiento al manejo de planilla y organización. 	<p>Comprenderá el óptimo desarrollo de las capacidades físicas motoras y la adecuada participación en la reglamentación deportiva del Ultimate.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce conceptos y generalidades de la preparación física motora además de algunos aspectos reglamentarios del Ultimate. 2. Asimila y comprende movimientos técnicos de coordinación en las diferentes actividades lúdicas deportivas enfocadas al Ultimate. 3. Es consciente que todos los seres humanos están en constante formación y lo toma en cuenta al momento de solucionar un conflicto. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repase las actividades realizadas en clase y prepare una sustentación de los mismos. 2. Prepare y presente las respectivas pruebas para cada uno de los movimientos técnicos trabajados en clase. 3. Elabore una exposición donde explique la utilidad de la planilla y de qué forma se debe usar, teniendo en cuenta el deporte que el docente demande.

ÁREA: EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

CICLO: CINCO (DÉCIMO)

AÑO: 2023

PERIODO	ESTANDARES CURRICULARES	TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS	METAS DE COMPRENSIÓN	INDICADORES DE DESEMPEÑO	DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN
1	<p>1. Maneja fundamentos básicos sobre organización y administración deportiva.</p> <p>2. Identifica y aplica correctamente los sistemas de competencia.</p>	<p>1. Generalidades sobre planeación, ejecución y evaluación de la organización y administración deportiva.</p> <p>2. Sistemas de eliminación: eliminación sencilla, eliminación doble, eliminación por grupos y Todos contra todos.</p>	<p>Comprenderá los mecanismos de aplicación en la planificación, ejecución y evaluación de un evento deportivo.</p>	<p>1. Reproduce en la práctica la organización de un evento deportivo en pequeña proporción.</p> <p>2. Identifica y maneja conceptos, componentes, clases y formas de trabajo y fundamentos sobre los sistemas de competencia.</p> <p>3. Respeta las normas de trabajo en clase y su desempeño refleja su máximo rendimiento</p>	<p>1. Realice un minitorneo en su curso de cualquier disciplina deportiva y el sistema todos contra todos.</p> <p>2. Realice una exposición dando a conocer el sistema de eliminación de un torneo internacional.</p> <p>3. Elabore y presente una exposición acerca de las normas de trabajo en clases</p>
2	<p>1. Ejecuta actividad física con regularidad que le permite mantener un buen estado físico.</p> <p>2. Regula y dosifica cada una de las cargas que maneja en cada uno de los ejercicios que realiza.</p> <p>3. Conceptualiza cada una de las capacidades físicas teniendo claro cómo se da el desarrollo de cada una de estas.</p>	<p>1. Reglamento básico Voleibol y baloncesto.</p> <p>2. Comprensión y manejo de las posiciones y rotación en el campo de juego.</p> <p>3. Realización de gestos técnicos del voleibol y baloncesto.</p> <p>4. Pruebas para medir gestos técnicos y efectividad de cada golpe.</p>	<p>Comprenderá el reglamento e importancia de su implementación en el juego acorde a los gestos técnicos y tácticos propios del voleibol y baloncesto.</p>	<p>1. Controla, realiza y domina los principales golpes y manejo del balón del voleibol y baloncesto.</p> <p>2. Identifica los conceptos y componentes relacionados al reglamento del voleibol y baloncesto.</p> <p>3. Respeta las normas de trabajo en clase y su desempeño refleja su máximo rendimiento, asumiendo los conflictos que se presentan durante la clase de forma tranquila y en su justa medida sin sobredimensionar.</p>	<p>1. Prepare y presente una sesión de clase donde el principal objetivo sea el reglamento del voleibol y baloncesto.</p> <p>2. Realice en un trabajo escrito a mano, la diferencia entre técnica y táctica del voleibol y/o baloncesto</p> <p>3. Elabore y presente un posible plan sobre preparación física para mejorar rendimiento en voleibol.</p>
3	<p>1. Identifica por medio de bailes folclóricos colombianos la riqueza cultural.</p> <p>2. Utiliza su cuerpo como medio de expresión corporal y de esquemas corporales, con ayuda de diferentes elementos externos.</p>	<p>1. Fortalecimiento de la expresión corporal.</p> <p>2. Bailes típicos colombianos.</p> <p>3. Trabajos coordinativos individuales y grupales.</p>	<p>Comprenderá a través del movimiento, la importancia de la expresión corporal, elaborando esquemas y coreografías individuales o grupales.</p>	<p>1. Identifica y maneja conceptos, componentes, clases, formas de trabajos coordinativos.</p> <p>2. Desarrolla habilidades coordinativas y de ritmo mediante la puesta en escena de los bailes típicos colombianos.</p> <p>3. Es consciente que todos los seres humanos están en constante formación y lo toma en cuenta al momento de solucionar un conflicto.</p>	<p>1. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase, consígnelas en el cuaderno y presente la evaluación pertinente.</p> <p>2. Prepare un esquema corporal mínimo de 1 minuto de manera individual.</p> <p>3. Elabore un ensayo sobre el trabajo en equipo.</p>

<i>PERIODO</i>	<i>ESTANDARES CURRICULARES</i>	<i>TEMÁTICAS PARA ESTABLECER TÓPICOS GENERATIVOS</i>	<i>METAS DE COMPRENSIÓN</i>	<i>INDICADORES DE DESEMPEÑO</i>	<i>DESEMPEÑOS DE RECUPERACIÓN</i>
1	<p>1. Utiliza procedimientos técnicos confiables para medir las capacidades físicas y deportivas de manera científica.</p> <p>2.. Administración deportiva: Amplía sus conocimientos en este tema de organización deportiva.</p>	<p>1. Medición y comparación de estándares para cada una de las capacidades físicas.</p> <p>2. Planeación de las diferentes temáticas de administración deportiva.</p>	<p>Comprenderá la importancia de la actividad física en pro de su bienestar físico, emocional y social.</p>	<p>1. Reconoce la importancia de la actividad para su salud física, emocional y social.</p> <p>2. Implementa y organiza eventos deportivos, teniendo en cuenta sistemas de juego y eliminación.</p> <p>3. Interactúa eficientemente con compañeros, docente, escenarios y materiales superando permanentemente las situaciones presentadas.</p>	<p>1. Repase las temáticas desarrolladas en clase, escoge una de ellas y explique al salón de clase.</p> <p>2. Prepare y presente una sesión de trabajo dirigida al fortalecimiento de las capacidades física.</p> <p>3. Elabore un ensayo sobre el entrenamiento deportivo.</p>
2	<p>1.. Utiliza su cuerpo como medio de aprendizaje mediante la ejecución de test de rendimiento físico.</p>	<p>4. Trabajos coordinativos individuales y grupales.</p> <p>5. Conocimiento de los diferentes métodos para la medición de sus capacidades físicas.</p>	<p>Comprenderá su cuerpo como esencia dinámica en la elaboración de test de rendimiento físico.</p>	<p>1. Conoce y planifica actividades de planeación de entrenamiento físico y su forma adecuada de evaluarlas.</p> <p>2. Realiza pruebas técnicas para medir su condición física.</p> <p>3. Su pensamiento se flexibiliza lo que permite tener la capacidad de ceder y hacer acuerdos teniendo los puntos de vista de los demás.</p>	<p>1. Realice una exposición de los tipos de los test o pruebas físicas realizadas en clase.</p> <p>2. Prepare y presente un test de rendimiento físico.</p> <p>3. Elabore una reflexión acerca de la importancia de interactuar desde el respeto y la tolerancia en el desarrollo de las clases de Educación Física.</p>
3	<p>1. Incrementa y/o mantiene sus capacidades óseas musculares y físicas mediante la ejecución de los diferentes Juegos de raqueta.</p> <p>2. Maneja fundamentos básicos sobre Béisbol y deportes asociados a él.</p>	<p>1. Aprende las diferentes técnicas de agarre y golpe de la raqueta en tenis.</p> <p>2. Generalidades sobre Béisbol y deportes asociados.</p>	<p>Comprenderá las técnicas de desarrollo y aplicación de los juegos de raqueta en sus diferentes disciplinas deportivas.</p> <p>Comprenderá el deporte del béisbol y sus reglas al igual que en los deportes asociados.</p>	<p>1. Identifica y maneja conceptos, componentes, clases, formas de juego al igual que fundamentos del deporte de beisbol y juegos de raqueta.</p> <p>2. Juega y comprende la dinámica de los juegos de raqueta y béisbol.</p> <p>3. Conoce sus fortalezas y debilidades, reconociendo las de sus compañeros de manera tolerante y respetuosa.</p>	<p>1. Repase los talleres de las temáticas desarrolladas en clase y preséntelas en un trabajo escrito.</p> <p>2. Presente las pruebas de raqueta y beisbol realizadas durante el trimestre.</p> <p>3. Elabore una cartelera en el cual presente sus fortalezas y debilidades y reflexione sobre la importancia del buen de trato en las relaciones humanas.</p>