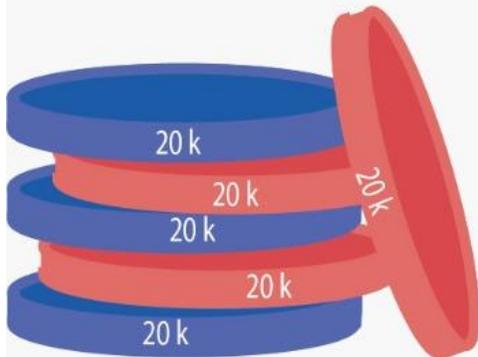




# EDUCACIÓN FÍSICA





**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LEONIDAS RUBIO VILLEGAS**

**PLAN DE AREA EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN**

**DANIELA ANDREA LAURA VICTORIA SÁNCHEZ GÓMEZ (JEFE DE ÁREA)**  
**MARISOL BONILLA VAQUERO**  
**GLORIA DEICY HERRERA LINARES**  
**JESÚS DAVID PARRA LONDOÑO**

**IBAGUÉ-TOLIMA**  
**2022**

---



<b>1</b>	<b>PLAN DE AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN .....</b>	<b>4</b>
1.1	DOCENTE(S) RESPONSABLES.....	4
1.2	INTRODUCCIÓN .....	4
1.3	JUSTIFICACIÓN O ENFOQUE DEL ÁREA.....	4
1.4	OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE .....	5
1.5	MARCO CONTEXTUAL .....	6
1.6	MARCO CONCEPTUAL .....	7
1.7	DISEÑO CURRICULAR (Malla).....	8
1.8	METODOLOGÍA .....	44
1.9	RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE .....	46
1.10	INTENSIDAD HORARIA.....	47
1.11	PROPUESTA EVALUATIVA .....	47
1.12	ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES CON DIFICULTADES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE (piar – dua).....	48
1.13	PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES.....	49
1.14	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	50

---



## **1 PLAN DE AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN**

### **1.1 DOCENTE(S) RESPONSABLES**

Daniela Andrea Laura Victoria Sánchez Gómez (Jefe de Área)

Marisol Bonilla Vaquero

Gloria Deicy Herrera Linares

Jesús David Parra Londoño

### **1.2 INTRODUCCIÓN**

El área de educación física, recreación y deportes se concibe como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas. Por esto, en la ley 115 de 1994, está contemplada como área fundamental (artículo 23) y como proyecto pedagógico transversal de las Instituciones Educativas (artículo 14). Lo cual la hace un área de importancia en el desarrollo integral de la persona, desde la formación misma del ser humano hasta el fin de esta.

En el presente documento se encontrará toda la información relacionada al área de educación física, deportes y recreación, el o la lectora verán reflejados contenidos como; justificación del área, objetivos y metas de aprendizaje, marco contextual, marco conceptual, diseño curricular, metodología, propuesta evaluativa, proyectos pedagógicos transversales, entre otros, los cuales, de manera explícita y ampliada, explicara cada uno de los puntos.

El área de Educación Física se desarrolla específicamente en la actividad física ordenada y estructurada idealizada como medio para educar, no solo el desarrollo morfo funcional de la persona, sino también su desarrollo integral aportando a las diferentes dimensiones; social, volitiva, cognitiva y estructural, es por ello que la Educación Física no solo se considera como materia del currículo escolar, sino también de contenido transversal que se convierte en un pilar fundamental en la educación para la salud, este aspecto es fundamental dentro de la formación en cualquier proceso formativo.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN O ENFOQUE DEL ÁREA**

La educación física al ser un área integradora del ser en todas sus dimensiones, se percibe como un proceso permanente y constante de la formación en función del desarrollo humano. Por lo anterior, la educación física no se debe concebir como una herramienta o modelo aislado del deporte y la recreación, ya que estas dos son pilares y ejes esenciales, que se trabajan y se interrelacionan para promover la integralidad del ser.

"A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales. Por lo tanto, cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundante de la educación física, el deporte es una

---



práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne”<sup>1</sup>.

La educación física desarrolla diversas competencias específicas: la expresivo corporal, la axiológica corporal y la motriz, estimulando y consolidando el ser, el saber ser y el saber hacer. La educación física con sus paradigmas (salud, naturaleza, cuerpo y movimiento), tiene como fin y propósito formar individuos y seres humanos para que sean capaces de adaptarse y desarrollarse a su entorno y contexto, y a su vez a las necesidades que se presentan en el espacio y tiempo.

La competencia motriz, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias.

La competencia expresiva corporal, debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, emociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades.

La competencia axiológica corporal, entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.

## **1.4 OBJETIVOS Y METAS DE APRENDIZAJE**

### **1.4.1 OBJETIVOS**

Propiciar en los estudiantes la organización y participación de su tiempo libre, la educación física, la recreación y los deportes, haciendo uso adecuado del deporte y la recreación en concordancia a su desarrollo físico y su edad.

Valorar la higiene y los hábitos relacionados con la salud para la protección de la naturaleza y el ambiente, basado en el conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

---

<sup>1</sup> Ministerio de Educación Nacional (s.f.)

---



Vincular a programas de desarrollo y organización social y comunitaria, orientados a dar solución a los problemas sociales de su entorno, que le permita al educando el ingreso a la educación superior<sup>2</sup>.

## **1.4.2 METAS DE APRENDIZAJE (PERFIL DE ESTUDIANTE POR CICLOS DE GRADOS)**

### **1.4.2.1 BÁSICA PRIMARIA**

Control de movimientos globales y segmentarios, reconociendo las variaciones de su cuerpo frente al desarrollo de juegos y ejercicios, en los cuales propone y aplica reglas que facilitan la realización de actividades individuales y comunitarias, e identifica algunos hábitos de comportamiento saludable. Logra ejecutar secuencias motrices en un espacio y tiempo precisos y armonioso, haciendo uso de prácticas de actividad física para valorar la condición física y su importancia para la salud.

### **1.4.2.2 BÁSICA SECUNDARIA**

Cuidado del cuerpo desde el conocimiento de principios anatómicos durante la ejecución de tareas motrices, basadas en condiciones de seguridad apropiadas, y en el uso adecuado de procedimientos para el inicio, finalización y durante una sesión de ejercicios, haciendo pausas de descanso necesarias. Establece hábitos posturales y de higiene, para el manejo adecuado de sus estados de ánimo, a través la respiración y la relajación. Entiende el juego como parte fundamental en el su desarrollo social y cultural, y como medio para la integración con su la comunidad.

### **1.4.2.3 BÁSICA MEDIA**

Ejecución de actividades físicas manteniendo adecuadas posturas corporales, siguiendo parámetros técnicos, físicos, de seguridad y ecológicos; aplicando conocimientos sobre las relaciones entre pausas y actividad física en un plan de acondicionamiento físico como parte del proyecto de vida. Hace uso adecuado de técnicas de relajación que le permiten la expresión adecuada de sus emociones, haciendo cultivo de hábitos de vida saludables.

## **1.5 MARCO CONTEXTUAL**

La Institución educativa Leónidas Rubio Villegas, se encuentra ubicada en la Cll 30 cra 2a barrio Claret, Tolima, Ibagué (sede Central), hace parte de la comuna 10 constituida por 31 barrios, donde también encontramos la sede Margarita Pardo, en el barrio los Mártires. Igualmente atiende un porcentaje de población de la comuna 11 en la sede Rodríguez Andrade del barrio las Ferias.

Nuestra institución cuenta con una población heterogénea de 1852 estudiantes entre niños, adolescentes y jóvenes, cuya cobertura abarca distintos estratos socio-económicos; con las siguientes características:

---

<sup>2</sup> Congreso de la República de Colombia, 1994.



Hombres	956
Mujeres	896
Con discapacidad	38
Migrantes	18
Bajo protección ICBF	2
Afrocolombianos	7

Las dinámicas familiares que acompañan nuestros estudiantes se definen como: nucleares estables, monoparentales, re-compuestas y disfuncionales. Quienes se desenvuelven en unidades económicas de “Industria, comercio y servicio”, (DANE 2020).

Como parte de los escenarios para las prácticas deportivas, de salud y culturales a las cuales tienen acceso, se encuentran polideportivos ubicados en los barrios las Brisas, Departamental, Mártires, Montealegre y el estadio Manuel Murillo Toro; igualmente 2 centros asistenciales (Hospital Federico Lleras- USI del barrio la Francia), y el centro cultural de la Universidad del Tolima.

En este marco de referencia, se ubican problemáticas psicosociales que afectan una parte de estudiantes en diferente rango de edad, asociadas a la violencia familiar, negligencia, poco acompañamiento familiar en los procesos académicos, conductas disruptivas, y diagnósticos por ansiedad o depresión. Aspectos que son apoyados a partir de las diferentes instancias y para el caso de este plan de área con el diseño flexible y pertinente en los momentos de desarrollo, y procesos de evaluación.

## 1.6 MARCO CONCEPTUAL

En el marco conceptual que construye y enfoque la malla curricular del área de educación física, deportes y recreación, se compone o estructura de los siguientes conceptos: Educación física, Deporte, Recreación, Psicomotricidad, Salud, Cuerpo, Movimiento y Naturaleza.

Educación física: Según Huizinga Johan, la educación física, desde un punto de vista pedagógico, ayuda a la formación integral del ser humano. Esto es, que con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos de orden superior<sup>3</sup>.

Deporte: Para Parlebás, el deporte aparece como una actividad competitiva, reglada e institucionalizada. Dicho de otra manera, lo que caracteriza al deporte es lo agonístico en un marco institucional de reglas fijas, lo cual permite distinguirlo de los juegos, identificados con la movilidad de sus reglas<sup>4</sup>.

<sup>3</sup> Huizinga, 1972.

<sup>4</sup> Parlebas, 1993.



Recreación: Ferrater Mora, considera la recreación como “Un modo de hacer, una manera de vivir, una forma de ser que se apodera del ser humano, que se identifica con él, que lo realiza o que le permite un cierto grado de éxito personal que le satisface plenamente”<sup>5</sup>.

Psicomotricidad: Para Berruezo, "la psicomotricidad es un enfoque de la intervención educativa o terapéutica cuyo objetivo es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a centrar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc."<sup>6</sup>

Salud: se define salud como una condición de equilibrio funcional, tanto mental como físico, conducente a una integración dinámica del individuo en su ambiente natural y social. La educación para la salud se encargada de comunicar a las personas las tres facetas que la conforman: biológica, psicológica y social, también de transmitir información sobre los comportamientos que suponen un riesgo para la salud y aquellos que favorecen a la salud.

Cuerpo: Alicia Grasso (2005) afirma que el cuerpo es “la corporeidad soy yo y todo aquello en lo que me corporizo, todo lo que me identifica. Nuestra corporeidad está presente aun cuando nosotros no lo estamos físicamente.”

Naturaleza: Según Tejada y Sáez (2009), la Actividad Física en la naturaleza son actividades que relacionan varias disciplinas y que se llevan a cabo en contacto con el medio natural, con una finalidad educativa y recreativa. Pedrero (2007) añade a esto el desarrollo de destrezas útiles siempre en el “ámbito saludable de la naturaleza”.

Movimiento: Le Boulch (1988), citado por Mattos y Neira (2007), señala que el movimiento es más que un simple desplazamiento del cuerpo en el espacio, siendo que se constituye de un lenguaje que permite a los niños actuar sobre el medio físico y el ambiente humano, movilizándolos por medio de su tenor expresivo.

## 1.7 DISEÑO CURRICULAR (MALLA)

### 1.7.1 GRADO: PRIMERO

#### 1.7.1.1 PRIMER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Organiza su cuerpo en el tiempo y el espacio por medio de la construcción de técnicas de movimiento y la expresión corporal.

<sup>5</sup> Ferrater Mora, 1976.

<sup>6</sup> Berruezo, 1996.



<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone la realización de juegos y actividades que involucren su esquema corporal y lateralidad en un orden secuencial.	Esquema corporal	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas. Reconoce su esquema corporal y lateralidad. Ejecuta y ordena una secuencia de eventos motrices. Respeta a sus compañeros y las reglas de la clase.
ALTO: Integra su esquema corporal y lateralidad en la ejecución secuencial y ordenada de los movimientos jugados propuestos.	Lateralidad: derecha-izquierda.	
BÁSICO: Reconoce su esquema corporal y lateralidad, ejecutando en orden una secuencia de movimientos establecidos.	Coordinación dinámica general: patrones motrices básicas.	
BAJO: se le dificulta la ejecución secuencial de juegos usando los patrones motores básicos y su lateralidad.	Percepción temporal: orden.	

**1.7.1.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Organiza su cuerpo en el tiempo y el espacio por medio de la construcción de técnicas de movimiento y la expresión corporal.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y ejecuta juegos entendiendo los tiempos de quietud y movimiento, usando diferentes ritmos y desplazándose en diferentes direcciones.	Tensión y Relajación muscular.	Mantiene posturas en relación y tensión de acuerdo al tiempo establecido. Se mueve de acuerdo a diferentes ritmos y orientaciones espaciales. Respeta a sus compañeros y las reglas de la clase.
ALTO: ejecuta los juegos propuestos entendiendo los tiempos de quietud y movimiento, usando diferentes ritmos y desplazándose en diferentes direcciones.	Equilibrio en posiciones básicas	
BÁSICO: reconoce los tiempos de quietud y movimiento, usa los diferentes ritmos y se desplaza en diferentes direcciones.	Percepción rítmica básica	
	Orientación espacial: adelante, atrás, arriba, abajo	



BAJO: se le dificulta reconocer los tiempos de quietud y movimientos, usar los diferentes ritmos y desplazamientos en diferentes direcciones.		
---	--	--

**1.7.1.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Integra prácticas sociales de la cultura física como la salud y hábitos saludables, interrelacionados con la práctica de actividades físicas que involucran el equilibrio, la coordinación y la ubicación en el tiempo.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos para el desarrollo de habilidades manipulativas, variando la velocidad y duración de los mismo, y hace recomendaciones para mantener su higiene corporal.		
ALTO: ejecuta juegos para el desarrollo de habilidades manipulativas, variando la velocidad y duración de los mismo y hace uso de las recomendaciones para mantener su higiene corporal.	Coordinación viso-manual: trayectoria y distancias.  Equilibrio dinámico: saltos.	Entiende los tiempos y velocidades de los juegos propuestos.  Manipula objetos con sus manos de diferentes maneras.
BÁSICO: reconoce juegos que le permiten desarrollar sus habilidades manipulativas, con variación de velocidad y duración de las mismas, y reconoce las recomendaciones para mantener su higiene corporal.	Percepción temporal: velocidad y duración.  Hábitos de buena salud, aseo, higiene alimentación e hidratación.	Se desplaza saltando en diferentes direcciones.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.
BAJO: se le dificulta desarrollar sus habilidades manipulativas, con variación de velocidad y duración de las mismas, y se le dificulta reconocer las recomendaciones para mantener su higiene corporal.		



### 1.7.1.4 CUARTO PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Trabaja en equipo a través de la construcción de movimientos usando cada segmento corporal para cumplir con un objetivo particular, manteniendo por tiempos prolongados posturas con adecuado ajuste postural.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos para el desarrollo de habilidades manipulativas, teniendo en cuenta la correcta postura de los movimientos.	Ajuste y control corporal: posturas correctas e incorrectas.  Coordinación visopédica: trayectoria y distancias.  Juegos de equipo que implican cooperación y oposición.	Reconoce y diferencia las posturas correctas de las incorrectas en su vida cotidiana.
ALTO: ejecuta juegos para el desarrollo de habilidades manipulativas, teniendo en cuenta la correcta postura de los movimientos.		Ejecuta juegos con sus miembros inferiores con elementos.
BÁSICO: reconoce juegos para el desarrollo de las habilidades manipulativas, teniendo en cuenta la correcta postura de los movimientos.		Participa en juegos de manera cooperativa.
BAJO: se le dificulta reconocer juegos para el desarrollo de las habilidades manipulativas, teniendo en cuenta la correcta postura de los movimientos.		Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.

### 1.7.2 GRADO: SEGUNDO

#### 1.7.2.1 PRIMER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Usa de manera coordinada ambos lados del cuerpo lo que favorece la bimanualidad y los trabajos de escritorio, jugando con movimientos secuenciales y simultáneos en grupo.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta diversidad de movimientos que le permiten hacer uso de su bimanualidad, haciendo uso de juegos que impliquen el uso de la	Coordinación dinámica general: continuidad y secuencia.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.



simetría y simultaneidad del movimiento con sus compañeros.	Lateralidad: ejercicios bimanuales  Simetría y simultaneidad de movimientos.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.
ALTO: ejecuta diversidad de movimientos que le permiten hacer uso de su bimanualidad, haciendo uso de juegos que impliquen el uso de la simetría y simultaneidad del movimiento con sus compañeros.		Ejecuta movimientos simultáneos y simétricos con sus compañeros.
BÁSICO: reconoce movimientos que le permiten hacer uso de su bimanualidad, haciendo uso de juegos que impliquen el uso de la simetría y simultaneidad del movimiento con sus compañeros.		Usa ambos lados de su cuerpo en juegos bimanuales.
BAJO: se le dificulta reconocer movimientos que le permiten hacer uso de su bimanualidad, haciendo uso de juegos que impliquen el uso de la simetría y simultaneidad del movimiento con sus compañeros.		

**1.7.2.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeños (DBA):**

- Interrelaciona los movimientos corporales y su simultaneidad, para la creación de pasos al ritmo de diversidad de sonidos y rondas tradicionales, manteniendo adecuado equilibrio dinámico durante giros y cambios direccionales.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos que favorecen el desarrollo de sus habilidades coordinativas viso-manuales, usando movimientos que impliquen el equilibrio en movimiento y la proyección de nuevos pasos.	Equilibrio dinámico: velocidad, dirección y giros.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: ejecuta juegos que favorecen el desarrollo de sus habilidades coordinativas viso-manuales, usando movimientos	Coordinación Viso-manual: dirección, altura y distancia.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.
	Percepción rítmica: creación de pasos.	Crea en conjunto diferentes pasos rítmicos.



que impliquen el equilibrio en movimiento y la proyección de nuevos pasos.		Tiene precisión en la manipulación de objetos.
BÁSICO: reconoce juegos que favorecen el desarrollo de sus habilidades coordinativas viso - manuales. usando movimientos que impliquen el equilibrio en movimiento y la proyección de nuevos pasos.		
BAJO: se le dificulta reconocer juegos que favorecen el desarrollo de sus habilidades coordinativas viso-manuales, y el uso movimientos que impliquen el equilibrio en movimiento y la proyección de nuevos pasos.		

**1.7.2.3 TERCER PERIODO**

**Desempeños (DBA):**

- Logra la producción de movimientos controlados, direccionados a lugares o personas específicas, involucrando la independencia segmentaria y el control de su respiración.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y ejecuta juegos de coordinación general y específica haciendo uso de una respiración adecuada.		Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: ejecuta juegos de coordinación general y específica haciendo uso de una respiración adecuada.	Independencia segmentaria de brazos y piernas.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.
BÁSICO: reconoce juegos de coordinación general y específica haciendo uso de una respiración adecuada.	Coordinación Viso - pédica: dirección, altura y distancia.	Ejecuta juegos usando su respiración adecuadamente.
BAJO: se le dificulta reconocer juegos de coordinación general y específica teniendo en cuenta el uso de una respiración adecuada.	Control respiratorio durante los ejercicios.	Logra coordinar movimientos alternos de brazos y piernas.



### 1.7.2.4 CUARTO PERIODO

#### **Desempeños (DBA):**

- Construye técnicas corporales que favorezcan el desarrollo de la dimensión corporal en relación a los sistemas propioceptivo y vestibular, manifestados a través de cantos y movimientos corporales.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta diversidad de movimientos gimnásticos para favorecer su control y ajuste corporal, además mueve su cuerpo al compás de cantos y bailes.	Equilibrio con caídas: altura y profundidad.  Destrezas gimnásticas: coordinación y equilibrio.  Expresión rítmica: cantos y movimientos corporales.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Usa su cuerpo para expresar emociones a través del baile.  Practica ejercicios que favorecen su ajuste y control corporal.
ALTO: Ejecuta diversidad de movimientos gimnásticos para favorecer su control y ajuste corporal, además mueve su cuerpo al compás de cantos y bailes.		
BÁSICO: Reconoce diversidad de movimientos gimnásticos para favorecer su control y ajuste corporal, además mueve su cuerpo al compás de cantos y bailes.		
BAJO: Se le dificulta reconocer la diversidad de movimientos gimnásticos para favorecer su control y ajuste corporal, de igual manera el movimiento de su cuerpo al compás de cantos y bailes.		

### 1.7.3 GRADO: TERCERO

#### 1.7.3.1 PRIMER PERIODO

#### **Desempeños (DBA):**

- Concibe el cuerpo como un sistema integrado que presenta cambios fisiológicos ante la realización de actividades físicas simples y complejas, haciendo uso de elementos de manipulación global y segmentaria.



<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta diversidad de ejercicios motrices para el fortalecimiento de su coordinación dinámica general y específica con variedad de elementos.	<p>Coordinación dinámica general: manejo de la sogá.</p> <p>Coordinación viso-manual y viso-pédica: juegos con pelota.</p> <p>Control respiratorio durante el ejercicio.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p> <p>Propone juegos y actividades durante el trabajo cooperativo.</p> <p>Maneja la respiración para prolongar el tiempo de trabajo.</p>
ALTO: Ejecuta diversidad de ejercicios motrices para el fortalecimiento de su coordinación dinámica general y específica con variedad de elementos.		
BÁSICO: Reconoce la diversidad de ejercicios motrices para el fortalecimiento de su coordinación dinámica general y específica con variedad de elementos.		
BAJO: Se le dificulta reconocer la diversidad de ejercicios motrices para el fortalecimiento de su coordinación dinámica general y específica con variedad de elementos.		

**1.7.3.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta y reconoce la importancia de los momentos previos y finales para la realización de la práctica de juegos que favorecen el desarrollo integral coordinativo del cuerpo.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta coreografías para los diferentes ritmos tradicionales propuestos, atendiendo a la importancia del calentamiento y la recuperación.	<p>Expresión rítmica: coordinación general y segmentaria.</p> <p>Bailes típicos de nuestra región.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p>
ALTO: ejecuta coreografías para los diferentes ritmos tradicionales propuestos, atendiendo a la		



<p>importancia del calentamiento y la recuperación.</p> <p><b>BÁSICO:</b> reconoce la variedad de ritmos tradicionales y atiende a la importancia del calentamiento y la recuperación.</p> <p><b>BAJO:</b> se le dificulta reconocer la variedad de ritmos tradicionales y la importancia del calentamiento y la recuperación.</p>	<p>Recomendaciones para la práctica del deporte: calentamiento y recuperación.</p>	
--	--	--

**1.7.3.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Contribuir al desarrollo del control corporal, durante la ejecución de técnicas gimnásticas básicas, favoreciendo las habilidades coordinativas implícitas en estas.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p><b>SUPERIOR:</b> propone y ejecuta variedad de ejercicios gimnásticos evidenciando un adecuado manejo corporal y ajuste postural respecto al espacio.</p>	<p>Control corporal: giros y rollos.</p> <p>Independencia segmentaria: saltos gimnásticos.</p> <p>Equilibrio en posiciones invertidas.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p> <p>Ejecuta gran variedad de posturas y movimientos gimnásticos.</p> <p>Evidencia un adecuado manejo corporal y postural.</p>
<p><b>ALTO:</b> Ejecuta variedad de ejercicios gimnásticos evidenciando un adecuado manejo corporal y ajuste postural respecto al espacio.</p>		
<p><b>BÁSICO:</b> Reconoce la variedad de ejercicios gimnásticos involucra un adecuado manejo corporal y ajuste postural respecto al espacio.</p>		
<p><b>BAJO:</b> se le dificulta reconocer la variedad de ejercicios gimnásticos que involucra un adecuado manejo corporal y ajuste postural respecto al espacio.</p>		



**1.7.3.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeños (DBA):**

- Reconoce la utilización de las técnicas básicas de movimientos en situaciones y contextos dados en juegos derivados de los deportes

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos de acercamiento al atletismo, dirigiéndolos a las carreras de obstáculos, los saltos y los lanzamientos.	Carreras con y sin obstáculos.  Salto de distancia y de altura.  Lanzamiento de bastón y pelota.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Controla su cuerpo durante la ejecución de saltos y lanzamientos.  Mantiene la fluidez de sus movimientos.
ALTO: ejecuta juegos de acercamiento al atletismo, dirigiéndolos a las carreras de obstáculos, los saltos y los lanzamientos.		
BÁSICO: reconoce juegos y actividades de acercamiento al atletismo, dirigidos a las carreras de obstáculos, los saltos y los lanzamientos.		
BAJO: se le dificulta reconocer juegos y actividades de acercamiento al atletismo, dirigidos a las carreras de obstáculos, los saltos y los lanzamientos.		

**1.7.4 GRADO: CUARTO**

**1.7.4.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Deducir la condición física implícita dentro de las prácticas deportivas, entendiendo la importancia y el valor de esta para la salud, participando en la formulación y ejecución de modalidades atléticas.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta diversidad de juegos derivados del atletismo. Analiza la importancia de las capacidades físicas para la salud.	Atletismo: salto de longitud Salto de altura Lanzamientos de pelotas	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.



ALTO: Ejecuta diversidad de juegos derivados del atletismo. Comprende la importancia de las capacidades físicas para la salud.	Carreras de velocidad Relevos  Capacidades Físicas Condicionales	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Conoce las Capacidades Físicas condicionantes.  Ejecuta juegos derivados del atletismo.
BÁSICO: reconoce la diversidad de juegos derivados del atletismo. Conoce la importancia de las capacidades físicas para la salud.		
BAJO: se le dificulta reconocer la diversidad de juegos derivados del atletismo y la importancia de las capacidades físicas para la salud.		

**1.7.4.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Participa en la creación de pasos, coreografías y rondas que permitan la modulación de las emociones y el cuerpo, entiendo estas como prácticas culturales típicas de la región

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y ejecuta variedad de posiciones gimnásticas teniendo en cuenta las técnicas adecuadas, además participa en la creación de coreografías de una danza típica.	Figuras gimnásticas estáticas y dinámicas. Invertidas La rueda.  Bailes típicos por regiones: Pasos básicos de bailes.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Reconoce pasos de los bailes de la región.  Ejecuta variedad de figuras gimnásticas individual o en grupo.
ALTO: Ejecuta variedad de posiciones gimnásticas teniendo en cuenta las técnicas adecuadas, además participa en la creación de coreografías de una danza típica.		
BÁSICO: reconoce la variedad de posiciones gimnásticas y sus respectivas técnicas, también los pasos básicos de una danza típica.		
BAJO: se le dificulta reconocer la variedad de posiciones gimnásticas y sus respectivas		



técnicas, también los pasos básicos de una danza típica.		
--	--	--

**1.7.4.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano por medio de la interacción social, la experiencia lúdica y recreativa, entendiendo la importancia de los ejercicios que favorecen el sistema corporal.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
SUPERIOR: propone y ejecuta formas jugadas derivadas del fútbol, propicia la participación de sus compañeros; además identifica la resistencia con capacidad física dentro del juego.	Formas jugadas del fútbol: Pases, remates a lugares o compañeros. conducción de balones.  Resistencia: Trabajos por circuitos, y juegos continuos.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Ejecuta diversas formas de juegos derivadas del futbol.  Reconoce la resistencia dentro la práctica de juegos largos.
ALTO: ejecuta formas jugadas derivadas del fútbol, propicia la participación de sus compañeros; además identifica la resistencia con capacidad física dentro del juego.		
BÁSICO: reconoce formas jugadas derivadas del fútbol, para propiciar la participación de sus compañeros; además identifica la resistencia con capacidad física dentro del juego.		
BAJO: se le dificulta reconocer formas jugadas derivadas del fútbol, además de la identificar la resistencia con capacidad física dentro del juego		

**1.7.4.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Integra el cuerpo para la ejecución de juegos que requieren el uso de segmentos específicos, para direccionarlos al trabajo en equipo, ejerciendo la fuerza requerida para estos. entendiendo los diferentes momentos de fuerza.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
--------------------------	----------------------	---------------------------



<p><b>SUPERIOR:</b> propone y ejecuta formas de juego derivadas del baloncesto, y pone en práctica las reglas del juego; además tiene en cuenta su condición para realizar actividades física.</p>		
<p><b>ALTO:</b> ejecuta formas de juego derivadas del baloncesto, y pone en práctica las reglas del juego; además tiene en cuenta su condición para realizar actividades física.</p>	<p>Formas jugadas del baloncesto: Lanzamientos al arco o diferentes lugares. Pases.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p>
<p><b>BÁSICO:</b> reconoce las formas de juego derivadas del baloncesto, las reglas del juego; además tiene en cuenta su condición para realizar actividades física</p>	<p>Fuerza: Ejercicios con el mismo peso Ejercicios de carga, apoyo, tracción con el mismo peso.</p>	<p>reconoce y usa su condición para realizar actividad física.</p>
<p><b>BAJO:</b> se le dificulta reconocer las formas de juego derivadas del baloncesto, las reglas del juego; además de reconocer su condición para realizar actividades físicas.</p>		<p>ejecuta variedad de formas jugadas del baloncesto.</p>

**1.7.5 GRADO: QUINTO**

**1.7.5.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Propicia el desarrollo de sus capacidades físicas, que requieren el uso de movimientos rápidos y altas frecuencias de movimiento, aplicándolas en juegos derivados del deporte.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p><b>SUPERIOR:</b> propone y ejecuta ejercicios o juegos que requieran el uso de la velocidad y el trabajo en equipo, además entiende la importancia de la actividad física.</p>	<p>Velocidad: frecuencia de movimiento, reacción.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p>
<p><b>ALTO:</b> ejecuta ejercicios o juegos que requieran el uso de la velocidad y el trabajo en equipo, además entiende la importancia de la actividad física.</p>	<p>Carrera de velocidad: relevos y obstáculos.</p> <p>Importancia de la Actividad física.</p>	<p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p> <p>Reconoce dentro de una práctica deportiva la</p>



<p><b>BÁSICO:</b> reconoce ejercicios o juegos que requieran el uso de la velocidad y el trabajo en equipo, además entiende la importancia de la actividad física</p>		<p>capacidad física: velocidad.</p> <p>valora la importancia de la actividad física.</p>
<p><b>BAJO:</b> se le dificulta reconocer ejercicios o juegos que requieran el uso de la velocidad y el trabajo en equipo, además entiende la importancia de la actividad física.</p>		

**1.7.5.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Valora la importancia del trabajo continuo de las capacidades físicas coordinativas, como factor fundamental en el desarrollo de la actividad física, integrándolo al trabajo del juego en equipo y la construcción coreográfica.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p><b>SUPERIOR:</b> propone y ejecuta actividades y bailes que impliquen el trabajo cooperativo, teniendo en cuenta las reglas o patrones establecidos, además reconoce las capacidades y sus test evaluativos.</p>		
<p><b>ALTO:</b> ejecuta actividades y bailes que impliquen el trabajo cooperativo, teniendo en cuenta las reglas o patrones establecidos, además reconoce las capacidades y sus test evaluativos</p>	<p>Capacidades físicas coordinativas.</p> <p>Formas jugadas derivadas del fútbol: trabajo cooperativo y en equipo.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.</p>
<p><b>BÁSICO:</b> reconoce actividades y bailes que impliquen el trabajo cooperativo, teniendo en cuenta las reglas o patrones establecidos, además reconoce las capacidades y sus test evaluativos</p>	<p>Bailes típicos por regiones: Pasos y coreografías básicas de bailes.</p>	<p>Diferencia los ritmos del folclor colombiano.</p>
<p><b>BAJO:</b> se le dificulta reconocer actividades y bailes que impliquen el trabajo cooperativo, y las reglas o patrones establecidos, igualmente las</p>		<p>Se integra dentro de un equipo de juego.</p>



capacidades y sus test evaluativos		
------------------------------------	--	--

**1.7.5.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Favorece el desarrollo continuo de rutinas de calentamiento y estiramiento al iniciar y finalizar una sesión de trabajo físico, o después de una jornada deportiva.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos que se deriven del voleibol, haciendo uso de los golpes reglamentarios incluyendo en estos, ejercicios de calentamiento y estiramiento.	Movilidad articular y flexibilidad: importancia del calentamiento y estiramiento.  Formas jugadas derivadas del voleibol: saque, voleo, pase de antebrazo.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Ejecuta juegos derivados del voleibol.  Entiende la importancia de la movilidad articular y la flexibilidad
ALTO: ejecuta juegos que se deriven del voleibol, haciendo uso de los golpes reglamentarios incluyendo en estos, ejercicios de calentamiento y estiramiento.		
BÁSICO: reconoce juegos que se deriven del voleibol, los golpes reglamentarios y los ejercicios de calentamiento y estiramiento.		
BAJO: se le dificulta reconocer juegos que se deriven del voleibol, los golpes reglamentarios y los ejercicios de calentamiento y estiramiento.		

**1.7.5.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Participa de las prácticas deportivas culturales y sociales, estimulando el trabajo cooperativo hacia un objetivo común, haciendo uso de capacidades coordinativas y de equilibrio propias de cada deporte.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y ejecuta juegos que se deriven del balonmano haciendo usos de los	Coordinación y equilibrio.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.



movimientos básicos. además de juegos que requieran el uso de su coordinación y equilibrio.	Formas jugadas derivadas del balonmano: pases y recepción, dribling y lanzamientos, pases.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase.  Ejecuta juegos derivados del voleibol.  Reconoce en juegos y actividades cotidianas la importancia del equilibrio y la coordinación.
ALTO: ejecuta juegos que se deriven del balonmano haciendo usos de los movimientos básicos. además de juegos que requieran el uso de su coordinación y equilibrio.		
BÁSICO: reconoce juegos que se deriven del balonmano y de los movimientos básicos. además de juegos que requieran el uso de su coordinación y equilibrio.		
BAJO: se le dificulta reconocer juegos que se deriven del balonmano y de los movimientos básicos. además de juegos que requieran el uso de su coordinación y equilibrio.		

### 1.7.6 GRADO: SEXTO

#### 1.7.6.1 PRIMER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Expone y argumenta con claridad los componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse en diferentes contextos y manifestación de emociones.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y expone con claridad sobre los diferentes componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse en diferentes contextos y manifestación de emociones.	Anatomía ósea y funcionalidad. Funciones fisiológicas (Frecuencia Cardíaca y Respiratoria) Habilidades Motrices Básicas, ubicación temporo- espacial	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.



<p>ALTO: Expone con claridad los componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse en diferentes contextos y manifestación de emociones.</p>	<p>Coordinación dinámica, pruebas físicas. Comportamiento en participación en actividades comunitarias (formaciones). Conceptos de deporte, juego, educación física, actividad física, ejercicio físico y recreación.</p>	<p>Reconoce en su cuerpo funciones fisiológicas básicas y el sistema óseo.</p> <p>Diferencia las diferentes manifestaciones de la educación física en el contexto social.</p>
<p>BÁSICO: Reconoce los componentes de la educación física como parte de su formación personal, hace reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal.</p>		
<p>BAJO: Se le dificulta reconocer los componentes de la educación física como parte de su formación personal, y de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal.</p>		

**1.7.6.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, identificando como se involucran cada uno de los segmentos corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, identificando como se involucran cada uno de los segmentos corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.</p>	<p>Técnicas básicas de la gimnasia. (Planchas, rollo adelante y atrás, invertidas, ruedas). Importancia de la gimnasia, su historia (deportista nacionales e internacionales).</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Ejecuta elementos básicos de la</p>
<p>ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, identificando como se involucran cada uno de los segmentos</p>		



corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.	Conocimiento corporal, segmentos y partes del cuerpo.	gimnasia y reconoce su importancia en la historia.  Identifica segmentos y articulaciones en diversidad de movimientos.
BÁSICO: Ejecuta los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, reconoce como se involucran algunos de los segmentos corporales en diferentes contextos.		
BAJO: Se le dificulta ejecutar los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, así como de reconocer como se involucran algunos de los segmentos corporales en diferentes contextos.		

### 1.7.6.3 TERCER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices, aplicando técnicas previas y posteriores durante una sesión de ejercicios físicos.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices, aplicando técnicas previas y posteriores durante una sesión de ejercicios físicos.	Técnicas básicas del atletismo (saltos, carreras y lanzamientos).  Importancia del atletismo en la historia (atletas	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y



<p>ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices, aplicando técnicas previas y posteriores durante una sesión de ejercicios físicos.</p>	<p>nacionales e internacionales).</p> <p>Actividades previas y posteriores a una sesión de ejercicio físico.</p>	<p>de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Ejecuta elementos básicos del atletismo y reconoce su importancia en la historia.</p> <p>Aplica actividades previas y posteriores a una sesión de ejercicio físico.</p>
<p>BÁSICO: Ejecuta los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices, aplicando técnicas previas y posteriores durante una sesión de ejercicios físicos.</p>		
<p>BAJO: Se le dificulta ejecutar con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices, aplicando técnicas previas y posteriores durante una sesión de ejercicios físicos.</p>		

**1.7.6.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p>SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia</p>	<p>Técnicas básicas del fútbol de salón (conducción, pases, remates). Juegos derivados del fútbol de salón.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas</p>



para un desarrollo armónico del juego.	Importancia del fútbol de salón en el desarrollo personal y a lo largo de la historia (Deportistas nacionales e internacionales).	de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.  Ejecuta técnicas deportivas del fútbol de salón y reconoce su importancia en el desarrollo motriz y la historia.
ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.		
BÁSICO: Ejecuta técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.		
BAJO: Se le dificulta ejecutar técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.		

### 1.7.7 GRADO: SÉPTIMO

#### 1.7.7.1 PRIMER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Expone y argumenta con claridad los componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse en diferentes contextos y manifestación de emociones.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y expone con claridad sobre los diferentes componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse	Anatomía ósea y muscular funcionalidad. Funciones fisiológicas (Frecuencia Cardíaca y	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y



en diferentes contextos y manifestación de emociones.	Respiratoria) durante el ejercicio.	de los momentos cívicos y símbolos.
ALTO: Expone con claridad los componentes de la educación física como parte de su formación personal, haciendo reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal para desempeñarse en diferentes contextos y manifestación de emociones.	Habilidades Motrices Básicas, ubicación temporo- espacial Coordinación dinámica y estática, pruebas físicas.	Reconoce en su cuerpo funciones fisiológicas básicas y el sistema óseo - muscular.
BÁSICO: Reconoce los componentes de la educación física como parte de su formación personal, hace reconocimiento de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal.	Comportamiento en participación en actividades comunitarias (formaciones).	Diferencia las diferentes manifestaciones de la educación física en el contexto social.
BAJO: Se le dificulta reconocer los componentes de la educación física como parte de su formación personal, y de su esquema corporal para combinar las diferentes técnicas de movimiento y de expresión corporal.	Importancia de la educación física a través de la historia.	

**1.7.7.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas, deportivas y recreativas identificando como se involucran cada uno de los segmentos corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas, deportivas y recreativas identificando como se involucran cada uno de los segmentos corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.	Esquemas, coreografías y revistas deportivas desde la gimnasia. Modalidades de la Gimnasia.  Danzas Tradicionales de Colombia.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeta a sus compañeros y las reglas de la clase, y



<p>ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas, deportivas y recreativas identificando como se involucran cada uno de los segmentos corporales en diferentes contextos y entendiendo su importancia en la vida cotidiana.</p>		<p>de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Ejecuta esquemas coreográficos básicos y revistas deportivas desde la gimnasia.</p>
<p>BÁSICO: Ejecuta los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas, deportivas y recreativas, reconoce como se involucran algunos de los segmentos corporales en diferentes contextos.</p>		<p>Vivencia desde la motricidad la interpretación de la tradición dancística de Colombia.</p>
<p>BAJO: Se le dificulta ejecutar los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas, deportivas y recreativas, así como de reconocer como se involucran algunos de los segmentos corporales en diferentes contextos.</p>		

**1.7.7.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p>SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices.</p>	<p>Atletismo: sus pruebas y reglamentación: -Salto alto, largo, con pértiga, triple. -Lanzamiento de disco, martillo, jabalina e impulsión de bala. -carreras cortas y largas, pasaje de vallas y obstáculos.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Demuestra sus conocimientos,</p>
<p>ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices.</p>		



<p>BÁSICO: Ejecuta los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices.</p>	<p>Organización de mini torneos y campeonatos internos.</p>	<p>habilidades y destrezas en la realización de minitorneos de atletismo.</p>
<p>BAJO: Se le dificulta ejecutar los patrones básicos de locomoción durante las actividades físicas y deportivas, involucrando cambios de dirección y velocidad para resolver problemas motrices.</p>		

**1.7.7.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>SUPERIOR: Propone y ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.</p>	<p>Historia y reglas básicas del fútbol de salón.</p> <p>Desarrollo de mini-torneos y campeonatos internos de fútbol de salón.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Ejecuta técnicas deportivas del fútbol de salón y entiende el juzgamiento arbitral de un encuentro deportivo.</p>
<p>ALTO: Ejecuta con precisión y exactitud técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.</p>		
<p>BÁSICO: Ejecuta técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.</p>		



<p>BAJO: Se le dificulta ejecutar técnicas deportivas en uso de sus habilidades y resolución de problemas motrices, cumpliendo con las normas de convivencia para un desarrollo armónico del juego.</p>		
---	--	--

**1.7.8 GRADO: OCTAVO**

**1.7.8.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Afianza las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.

INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS TEMÁTICOS	INDICADORES DE EVALUACIÓN
<p>SUPERIOR: Afianza y aplica a su cotidianidad el uso de las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.</p>	<p>Recreación y aprovechamiento del tiempo libre.</p> <p>Deporte a nivel olímpico, generalidades.</p> <p>Anatomía ósea y muscular, independencia segmentaria (movimientos articulares, músculos involucrados).</p> <p>Funciones fisiológicas: Sistemas energéticos, adaptaciones agudas y graves al ejercicio físico.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Reconoce las alteraciones de su cuerpo durante el ejercicio como parte del funcionamiento corporal.</p> <p>Identifica músculos y sus funciones en los movimientos corporales.</p>
<p>ALTO: Afianza las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.</p>		
<p>BÁSICO: Afianza las capacidades específicas, reconoce las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio,</p>		



para mejorar la interacción en diferentes contextos.		
BAJO: se le dificulta afianzar las capacidades específicas, reconocer las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.		

**1.7.8.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Fortalece las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone juegos y actividades para aplicar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.	Baloncesto: técnicas básicas del juego (pases, lanzamientos, conducción del balón).	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: Aplica las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.	Juegos derivados del baloncesto.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
BÁSICO: Aplica las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte.	Importancia del baloncesto a lo largo de la historia, máximos exponentes nacionales e internacionales.	Realiza tareas motrices usando técnicas deportivas del baloncesto.
BAJO: Se le dificulta aplicar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.		

**1.7.8.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Fortalece las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.



<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone juegos y actividades para aplicar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.	<p>Voleibol: técnicas básicas del voleibol (recepción, pases, ataques, bloqueos y saques).</p> <p>Juegos derivados del voleibol.</p> <p>Importancia del voleibol a lo largo de la historia, máximos exponentes nacionales e internacionales.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Realiza tareas motrices usando técnicas deportivas del baloncesto.</p>
ALTO: Aplica las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.		
BÁSICO: Aplica las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte.		
BAJO: Se le dificulta aplicar las habilidades motrices básicas y sus combinaciones en el deporte para interactuar con sus compañeros.		

**1.7.8.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Valora la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone actividades culturales y recreativas de su región en diferentes juegos tradicionales.	<p>Juegos Tradicionales: historia, conceptos, variedad de estos.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p>
ALTO: Valora la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales.		
BÁSICO: Reconoce la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales.		
BAJO: Se le dificulta valorar la diversidad cultural y recreativa de su región durante la		



participación en diferentes juegos tradicionales		
--	--	--

**1.7.9 GRADO: NOVENO**

**1.7.9.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Afianza las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Afianza y aplica a su cotidianidad el uso de las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.	Construcción de planes de recreación y aprovechamiento del tiempo libre.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: Afianza las capacidades específicas mediante las expresiones motrices que le permiten tener estilo de vida saludable, reconociendo las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.	Deporte a nivel olímpico: deporte de invierno y de verano.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
BÁSICO: Afianza las capacidades específicas, reconoce las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.	Anatomía ósea y muscular: biomecánica aplicada.	Propone actividades para hacer uso adecuado del tiempo libre.
BAJO: se le dificulta afianzar las capacidades específicas,		Identifica músculos y sus funciones en los movimientos corporales.



reconocer las funciones corporales que interactúan durante y después del ejercicio, para mejorar la interacción en diferentes contextos.		
--	--	--

### 1.7.9.2 **SEGUNDO PERIODO**

#### **Desempeño (DBA):**

- Lidera y organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Lidera y organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.	Baloncesto: reglas básicas y señalización arbitral.  Mini torneos de baloncesto.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.  Reconoce reglas básicas y las aplica al contexto y momento correcto.
ALTO: organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		
BÁSICO: Participa en actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		
BAJO: se le dificulta participar en actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		

### 1.7.9.3 **TERCER PERIODO**

#### **Desempeño (DBA):**

- Lidera y organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.



<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Lidera y organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.	<p>Voleibol: reglas básicas y señalización arbitral.</p> <p>Mini torneos de voleibol.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Reconoce reglas básicas y las aplica al contexto y momento correcto.</p>
ALTO: organiza actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		
BÁSICO: Participa en actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		
BAJO: se le dificulta participar en actividades deportivas fundamentales basadas en las técnicas y reglas del juego con sus compañeros en el tiempo libre.		

**1.7.9.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Valora la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y organiza actividades culturales y recreativas de su región en diferentes juegos tradicionales.	<p>Juegos Tradicionales: construcción de algunos elementos para diferentes juegos.</p> <p>Festivales de juegos tradicionales.</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p>
ALTO: Valora la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales.		
BÁSICO: Reconoce la diversidad cultural y recreativa de su región		



durante la participación en diferentes juegos tradicionales.		Liderazgo y ejecución de festivales escolares recreativos.
BAJO: Se le dificulta valorar la diversidad cultural y recreativa de su región durante la participación en diferentes juegos tradicionales		

**1.7.10 GRADO: DÉCIMO**

**1.7.10.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio.		
ALTO: Aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio	Conceptos de: Organización, administración, recreación, acondicionamiento físico.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
BÁSICO: maneja los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio	Elaboración de proyectos de carácter recreativo y deportivo.	Maneja conceptos sobre administración y organización deportiva, y los aplica en la comunidad.
BAJO: se le dificulta aplicar en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio		



**1.7.10.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p>SUPERIOR: Propone y promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.</p>	<p><b>Conceptos de: Recreación, tiempo libre, salud, sustancias psicoactivas.</b></p> <p><b>El ejercicio y las funciones orgánicas y corporales.</b></p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Maneja conceptos sobre el tiempo libre y los aplica a su cotidianidad.</p>
<p>ALTO: Promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.</p>		
<p>BÁSICO: Conoce acerca de la organización de actividades recreativas, el uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.</p>		
<p>BAJO: se le dificulta conocer acerca de la organización de actividades recreativas, el uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.</p>		

**1.7.10.3 TERCER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**



- Reconoce la importancia de la actividad física como componente para la salud y el bienestar, manejando con idoneidad fichas antropométricas, anamnesis y cuestionarios respectivos.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Reconoce y aplica en su cotidianidad la importancia de la actividad física como componente para la salud y el bienestar, manejando con idoneidad fichas antropométricas, anamnesis y cuestionarios respectivos.	Ficha antropométrica	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.  Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.  Maneja cuestionario respecto a la salud y actividad física para entender la importancia del ejercicio físico para la salud.
ALTO: Reconoce la importancia de la actividad física como componente para la salud y el bienestar, manejando con idoneidad fichas antropométricas, anamnesis y cuestionarios respectivos.	Hábitos y estilos de vida saludable  Beneficios del ejercicio físico	
BÁSICO: Reconoce la importancia de la actividad física como componente para la salud y el bienestar, así como las fichas antropométricas, anamnesis y cuestionarios respectivos.	Nutrición y dietética  Enfermedades que previene el ejercicio físico	
BAJO: Se le dificulta reconocer la importancia de la actividad física como componente para la salud y el bienestar, así como las fichas antropométricas, anamnesis y cuestionarios respectivos.	Formas de ejercicio físico para la salud	

**1.7.10.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Comprende y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
---------------------------------	-----------------------------	----------------------------------



<p>SUPERIOR: propone y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.</p>	<p>Conceptos de preparación física y entrenamiento deportivo.</p> <p>Actividades para la preparación física específica y por segmentos corporales</p> <p>Actividades para la preparación física general</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p> <p>Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.</p> <p>Maneja conceptos básicos sobre la preparación física y los aplica en ejercicios generales y específicos.</p>
<p>ALTO: Comprende y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.</p>		
<p>BÁSICO: Comprende técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.</p>		
<p>BAJO: se le dificulta comprender técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.</p>		

**1.7.11 GRADO UNDÉCIMO**

**1.7.11.1 PRIMER PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
<p>SUPERIOR: Propone y aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los</p>	<p>Conceptos de: Organización, administración, recreación, acondicionamiento</p>	<p>Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.</p>



acondicione a la práctica y al ejercicio.	físico.	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
ALTO: Aplica en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio	Elaboración de proyectos de carácter recreativo y deportivo.	Maneja conceptos sobre administración y organización deportiva, y los aplica en la comunidad.
BÁSICO: maneja los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio		
BAJO: se le dificulta aplicar en la comunidad los conocimientos adquiridos sobre la organización y administración deportiva, realizando eventos que los acondicione a la práctica y al ejercicio		

**1.7.11.2 SEGUNDO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Propone y promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.	<b>Conceptos de:</b> Recreación, tiempo libre, salud, sustancias psicoactivas.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: Promueve grupos que contribuyan a la organización de actividades recreativas, al uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de	<b>El ejercicio y las funciones orgánicas y corporales.</b>	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
		Maneja conceptos sobre el tiempo libre y los aplica a su cotidianidad.



prevención al consumo de sustancias psicoactivas.		
BÁSICO: Conoce acerca de la organización de actividades recreativas, el uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.		
BAJO: se le dificulta conocer acerca de la organización de actividades recreativas, el uso adecuado del tiempo libre, la salud como una estrategia de prevención al consumo de sustancias psicoactivas.		

### 1.7.11.3 TERCER PERIODO

#### **Desempeño (DBA):**

- Comprende y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: propone y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.	Conceptos de preparación física y entrenamiento deportivo.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: Comprende y emplea técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.	Actividades para la preparación física específica y por segmentos corporales	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
BÁSICO: Comprende técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes	Actividades para la preparación física general	Maneja conceptos básicos sobre la preparación física y los aplica en ejercicios generales y específicos.



de manera grupal e individualizada.		
BAJO: se le dificulta comprender técnicas y tácticas de planes deportivos teniendo en cuenta las características y componentes de este para desarrollar planes de manera grupal e individualizada.		

**1.7.11.4 CUARTO PERIODO**

**Desempeño (DBA):**

- Diferencia los diferentes elementos y protocolos básicos o fundamentales para aplicar primeros auxilios según las necesidades necesitadas aplicadas a la actividad física.

<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>CONTENIDOS TEMÁTICOS</b>	<b>INDICADORES DE EVALUACIÓN</b>
SUPERIOR: Maneja y diferencia los diferentes elementos y protocolos básicos o fundamentales para aplicar primeros auxilios según las necesidades necesitadas aplicadas a la actividad física.	Objetivos de los primeros auxilios, precauciones, normas y procedimientos.	Participación activa en el desarrollo de las actividades propuestas.
ALTO: Diferencia los diferentes elementos y protocolos básicos o fundamentales para aplicar primeros auxilios según las necesidades necesitadas aplicadas a la actividad física.	Signos vitales, síntomas y signos	Respeto a sus compañeros y las reglas de la clase, y de los momentos cívicos y símbolos.
BÁSICO: conoce los elementos y protocolos básicos o fundamentales para aplicar primeros auxilios según las necesidades necesitadas aplicadas a la actividad física.	Signos, síntomas y causas del shock, los auxilios que deben aplicarse, alteraciones de la conciencia, los niveles y estados de conciencia.	Maneja protocolos para la aplicación de primeros auxilios aplicados a la práctica de la actividad física.
BAJO: Se le dificulta conocer los elementos y protocolos básicos o fundamentales para aplicar primeros auxilios según las necesidades necesitadas aplicadas a la actividad física.	Protocolos de evacuación	Reconoce signos, síntomas y señales de alerta en diferentes momentos.



## **1.8 METODOLOGÍA**

### **1.8.1 ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

Las estrategias metodológicas empleadas en el área de educación física, deportes y recreación, se apoyará en lo planteado y estipulado en el SIEPE de la institución, ya que estos puntos o momentos llevará a un adecuado y acertado desarrollo de las clases y actividades.

En el aspecto creativo: el manejo de tecnologías, lo lúdico y lo vivencial, la producción de textos, solución de problemas, la elaboración y desarrollo de proyectos, la utilización de diferentes recursos y estrategias, el desarrollo de estrategias que le facilitan el aprendizaje y la convivencia y la meta cognición (conocimiento sobre el conocimiento).

En lo actitudinal: el aporte de su conocimiento con interés, respeto, tolerancia y cooperación, la construcción de su proyecto de vida, el liderazgo y la responsabilidad, la disposición y la perseverancia, los comportamientos individuales y grupales, y su actitud participativa en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Desde lo aptitudinal enfocado al emprendimiento empresarial, desarrollo de habilidades competitivas, desarrollo de habilidades y capacidades de los estudiantes, la dinámica empresarial, la proposición y realización de actividades que fortalecen el trabajo en equipo y la visión empresarial en el contexto socio-cultural, la formación comercial-artesanal, el manejo de liderazgo y organización, la organización, cooperación y dignidad en el trabajo, la programación de metas y la lectura, la escritura y la construcción de discursos.

Para la formación humanista: afianzamiento de valores y actitudes significativas hacia la convivencia y su proyecto de vida, la formación en valores, los principios morales: solidaridad y colaboración, el sentido de pertenencia, la sensibilidad y control de emociones, el enriquecimiento espiritual y la afectividad.

Estos momentos elegidos son también propicios ya que desarrollan las competencias fundamentales de la educación física, deportes y recreación.

### **1.8.2 SECUENCIA DIDÁCTICA**

La secuencia didáctica se entiende como la gama de actividades de aprendizaje interrelacionadas y encadenadas, que van orientadas a la elaboración de un producto final, que debe responder satisfactoriamente a la práctica social y cultural que le da sentido, coherencia y razón de ser.

Para desarrollar la secuencia didáctica en el área de educación física, deportes y recreación se tendrá en cuenta cuatro momentos, como lo son; pre saberes, situación problema, desarrollo pedagógico y proceso evaluativo.

---



En los pre saberes que servirán para conocer los conocimientos previos de los y las estudiantes y así tener un punto de partida, se aplicarán las siguientes herramientas o estrategias<sup>7</sup>:

- Actividad focal introductoria.
- Discusión guiada.
- Actividad generadora de información previa.
- Objetivos o intenciones.
- Analogías.
- Lluvia de ideas.
- Observación (usando lista de control) .
- Mapa conceptual.

La situación problema se entiende “como aquellos fenómenos o hechos vivenciados por el investigador que revelan determinada contradicción que no tiene explicación a priori” (Pulido, 2010).

- En este apartado se desarrollará el siguiente paso a paso como estrategia de desarrollo:
- Identificar el problema a investigar.
- Delimitar la temporalidad y espacialidad
- Investigar el problema
- Formular el problema.

Para el desarrollo pedagógico se implementan como estrategias las siguientes:

- Características del modelo educativo.
- El alumno aprende a trabajar colaborativamente.
- El alumno adquiere conocimientos relevantes y profundos.
- El alumno dirige su propio aprendizaje.
- El alumno mejora su aprendizaje a través de la evaluación continua.
- Características de la evaluación formativa.

El proceso evaluativo como se plantea, será continuo, formativo, significativo y dialogante, se tiene en cuenta momentos o elementos de las competencias a desarrollar en la educación física, propiciando el desarrollo integral del ser. Estas competencias a estimular y desarrollar son; en el área cognitiva, afectiva y motriz.

Para este proceso evaluativo se debe tener en cuenta la autoevaluación, heteroevaluación y coevaluación.

---

<sup>7</sup> Web del Maestro CMF, s.f.

---



## **1.9 RECURSOS Y AMBIENTES DE APRENDIZAJE**

A continuación, se mencionan los materiales para la realización de clases, así como posibles aplicaciones didácticas y orientaciones generales y concretas:

- **Conos:** delimitar terrenos, dividir campos, crear circuitos, transportar objetos en su interior, recepcionar pelotas, crear itinerarios en zig-zag, formar porterías, algunos permiten encajar aros y picas con lo cual podemos formar vallas, túneles, en definitiva, ofrecen una gran variedad de posibilidades para el desarrollo de múltiples situaciones motrices.
  - **Aros:** colocados en el suelo se pueden saltar de diversas formas, crean espacios de juego (cuatro esquinas, bases de béisbol...), se pueden rodar (para trabajar desplazamientos con objetos adaptándonos a su ritmo), se puede introducir el cuerpo en su interior, nos sirven de canastas al ser levantados por los alumnos, se pueden lanzar de diversas maneras (hacia delante, con retroceso), se puede conducir, formar cadenas al ser cogidos por varios niños, utilizarlas como objetos de expresión corporal.
  - **Cuerdas:** concebidas tradicionalmente como elemento gimnástico; además permiten variados saltos, tanto en el plano vertical (salto a la comba, salto de altura, vallas) como en el horizontal (saltos de longitud), dependiendo de su disposición y del número de alumnos que la cojan; realizar nudos; proponer combates de tiro-soga; formar cadenas; lanzamientos y recepciones, juegos por parejas cogidos a la cuerda por sus extremos.
  - **Balones y pelotas:** se pueden trabajar de modo específico tanto habilidades básicas (lanzamientos, golpes, recepciones), habilidades genéricas (conducciones, controles, paradas) y específicas (toques y saques en voleibol, lanzamientos a canasta en baloncesto, diferentes toques y conducciones con diferentes partes del pie o cuerpo en el fútbol, etc.); e indirectamente el resto de habilidades y destrezas motrices: percepción y estructuración espacial y temporal, desplazamientos, saltos, giros.
  - **Materiales impresos:** currículo, programaciones, libros, unidades didácticas, guías didácticas, artículos, periódicos.
  - **Instalaciones y equipamiento:** patio, gimnasio, canchas, zonas verdes
  - **Medio audiovisuales:** Videos, proyecciones de diapositivas, internet.
-



## 1.10 INTENSIDAD HORARIA

### 1.10.1 ASIGNATURA 1:

<b>Grado</b>	<b>IHS</b>	<b>1er Periodo</b>	<b>2o Periodo</b>	<b>3er Periodo</b>	<b>4o Periodo</b>	<b>TOTAL</b>
Primero	2	20	20	20	20	80
Segundo	2	20	20	20	20	80
Tercero	2	20	20	20	20	80
Cuarto	2	20	20	20	20	80
Quinto	2	20	20	20	20	80
Sexto	2	20	20	20	20	80
Séptimo	2	20	20	20	20	80
Octavo	2	20	20	20	20	80
Noveno	1	10	10	10	10	40
Décimo	1	10	10	10	10	40
Undécimo	1	10	10	10	10	40

## 1.11 PROPUESTA EVALUATIVA

En el área de educación física, deporte y recreación se establece una evaluación desde los aspectos:

**Cognitivo:** expresado en las actividades, talleres, evaluaciones o cuestionarios que se realizan de acuerdo al contenido temático, lo que permite al estudiante entender la praxis desde lo concreto.

**Creativo:** desde la elaboración de elementos propios o modificación y adaptación de ajenos, para participar, organizar o proponer momentos que favorezcan la clase de educación física, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y el deporte.

**Actitudinal:** en su disposición para trabajar de manera grupal e individual para enfrentar, participar y comprometerse en la solución de retos dados en la clase y fuera de ellas que nutran el proceso formativo del área; en el comportamiento en actividades de carácter cívico, en el respeto por los símbolos patrios e institucionales.

**Aptitudinal hacia el emprendimiento:** en la capacidad de proponer, organizar y ejecutar actividades de proyección a la comunidad estudiantil, de padres de familia y educativa en general, que involucren la educación física, el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, en el uso de todos los recursos humanos, materiales y tecnológicos.

**La formación humana:** en la disposición adecuada para convivir con el otro, en situaciones de juego, basado en el aprendizaje práctico de valores, su proyecto de vida y de la convivencia ciudadana.



La autoevaluación en el área de educación física, es un reflejo del nivel de participación y desarrollo del proceso asumido por el estudiante, siendo el mismo estudiante quién mejor sabe del progreso de su aprendizaje. Con esta autoevaluación se logra que el estudiante adquiera mayor madurez en su juicio frente al desempeño demostrado en cada una de los aspectos de la clase.

## **1.12 ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES CON DIFICULTADES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE (PIAR – DUA)**

El presente plan de área contempla diferentes actividades, procesos de aprendizaje y evaluación, adaptados a los ritmos de aprendizaje, discapacidades y trayectorias diversas; con el propósito de realizar ajustes razonables y PIAR, según los casos caracterizados. Entendiendo como ajuste razonable, las acciones, adaptaciones, estrategias, apoyos, recursos o modificaciones necesarias y adecuadas del sistema educativo y la gestión escolar, basadas en necesidades específicas de cada estudiante, que persisten a pesar de que se incorpore el Diseño Universal de los Aprendizajes, y que se ponen en marcha tras una evaluación de las características del estudiante con discapacidad.

De acuerdo a lo anterior se plantean ajustes razonables para esta área, de acuerdo a las temáticas y actividades a desarrollar, situadas en experiencias de aprendizaje en las que se tienen en cuenta aspectos como:

- Formas de emitir los mensajes y orientaciones a partir de elementos perceptivos: visual, auditiva, olfativa, táctil, kinestésica.
- Uso de recursos: tableros, texto icónico-imágenes, herramientas tecnológicas, sistemas de comunicación alternativos y aumentativos, videos, audios.
- Múltiples formas de motivación que les permitan a los estudiantes interesarse y participar de manera agradable en las actividades propuestas por el docente.
- Para la realización de actividades: flexibilización en tiempos de entrega, recursos, número de puntos a desarrollar y acompañamiento o apoyo por parte de los pares.
- Establecimiento de canales de comunicación permanente con el padre de familia quien igualmente se compromete en el proceso y apoyo al estudiante.

En la realización de las actividades:

- Contextualizar las actividades y proporcionar mayor tiempo de respuesta.
  - Hacer demostraciones de las actividades a realizar.
  - Fomentar la lectura en voz alta.
  - Hacer descripciones en ejemplos muy visuales evitando términos como aquí y allá.
  - Ubicar al niño o niña en un lugar estratégico para favorecer su participación (adelante del salón o de la actividad a realizar, lejos de estímulos visuales, cerca de la ventana, entre otros)
  - Promover el contacto visual, hablarle de frente, solicitar que los mire a los ojos cuando le están hablando.
  - Usar señas o símbolos para representar una actividad, hacer uso de una lengua clara y pertinente conforme a la necesidad del niño o niña, con el ánimo de que la comunicación se la mejor en el desarrollo de las actividades.
-



- Promover cambios de posición.

Cabe destacar, que, en el desarrollo del plan de área aquí propuesto, surgen diferentes actividades como también pueden variar las ya propuestas para los estudiantes con discapacidades y trayectorias diversas. Lo anterior sujeto a las necesidades y avances identificados.

## 1.13 PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES

El proyecto a desarrollar desde el área de educación física, deportes y recreación, será sobre el aprovechamiento del tiempo libre.

El proyecto del aprovechamiento del tiempo libre busca realizar diferentes actividades que fomenten la creatividad y el desarrollo de capacidades expresivas que contribuyan a los procesos de construcción del conocimiento.

Desde la perspectiva educativa actual, la inteligencia humana y la mente que aprende, cuando son enfrentadas al tema de tiempo libre no reciben desafíos interesantes para solucionar problemas y crear, realmente, actividades que recreen la existencia y permitan hacer eficaz la no rutina.

Para el desarrollo del proyecto se implementan las siguientes actividades:

- Construcción del cuerpo del proyecto.
  - Socialización de la propuesta ante la comunidad educativa
  - Organización de la inauguración de los Juegos Interclases.
  - Selección de los estudiantes participantes en los Juegos Supérate en las distintas disciplinas deportivas.
  - Folclorito Institucional.
  - Extensión comunitaria
  - Escuelas Musicales
  - Festival de Producciones Audiovisuales Multimedia FEPAM LERUV
  - Juegos Interclases (Inauguración y Clausura)
  - Celebración del día de la bicicleta y día mundial de la actividad física
  - Selección y organización de las carteleras de acuerdo a las celebraciones importantes
  - Salidas lúdico- recreativas a los diferentes escenarios deportivos de la ciudad.
  - Encuentros Deportivos y culturales con otras instituciones educativas de la ciudad.
  - Festival de Juegos Deportivos y Recreativos.
-



## **1.14 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Ministerio de Educación Nacional. (s.f.). *Serie Lineamientos Curriculares Educación Física, Deportes y Recreación*. Bogota D.C.

Berruezo, P. P. (1996). La Psicomotricidad en España: de un pasado de incompreensión a un futuro de esperanza. *Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias*, 2(53), 57-64.

Congreso de la República de Colombia. (1994). *Ley 115 de Febrero 8 de 1994, Ley General de Educación* . Bogota D.C.

Ferrater Mora, J. (1976). *Diccionario de filosofía*. Madrid: Alianza Editorial.

Huizinga, J. (1972). *Homo Ludens*. Madrid: Alianza Editorial.

Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Documento N° 15 Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Deporte y Recreación*. Bogotá D.C.

Parlebas, P. (1993). Problemas del juego en la Educación Física. *Primer Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias*. La plata: FHCE-UNLP.

*Web del Maestro CMF*. (s.f.). Obtenido de Estrategías, técnicas y juegos para rescatar conocimientos previos.: <https://webdelmaestrocmf.com/portal/estrategias-tecnicas-y-juegos-para-rescatar-conocimientos-previos/>

---