



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

# PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **I. JUSTIFICACIÓN**

La Educación Física es parte fundamental en el proceso educativo de los estudiantes, desde preescolar hasta el grado once; no puede faltar en la vida del ser humano, ya que de ella depende en gran parte una buena salud y una buena calidad de vida.

Con el plan de estudios se pretende llevar a cabo un proceso donde sea el alumno el artífice de la materia, donde él mismo solucione sus problemas en el movimiento, con base en las experiencias que él mismo ha tenido anteriormente y en las experiencias de sus compañeros hasta llegar a tener una nueva manifestación del movimiento; es decir, que él mismo eduque su movimiento, teniendo en cuenta sus necesidades, debilidades y fortalezas de acuerdo a su condición física y a su proceso de desarrollo.

El plan de estudios del área de educación física es importante ya que plantea alternativas de solución ante problemas de manejo del espacio, de la coordinación, del ritmo, de la utilización del tiempo libre y en general del manejo de las diferentes posibilidades de movimiento del cuerpo. Por tal razón, si se le enseña al estudiante a conocer su cuerpo, a cuidarlo, a quererlo y a respetarlo, se le enseña una nueva forma de comunicación y de relación con el otro. Además al enseñar a utilizar el tiempo libre en la práctica de actividades deportivas, recreativas y culturales estamos apartándolo de otras prácticas poco saludables como el sedentarismo, la drogadicción y el alcoholismo.

A través de la aplicación del plan de estudios de educación física, recreación y deporte de la institución educativa, se quiere que la comunidad educativa sea partícipe del proceso pedagógico que se da en el área, en busca de un mejoramiento de la calidad de vida de la misma; ya que la Educación Física, la Recreación, el deporte y la Cultura son programas que desarrollan el espíritu de convivencia, superación, cooperación y autoestima. Además enseñan a los estudiantes a interactuar socialmente, lo cual es un factor bastante importante para lograr un desarrollo integral.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **II. MARCO LEGAL**

La construcción o diseño de un plan integral de área, para cualquier institución educativa, pero en éste caso especial para la institución educativa, está fundamentado legalmente en diferentes artículos contenidos en:

- **LA CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA DE 1991:**
  - En su ARTÍCULO 13, reconoce el derecho fundamental a la igualdad, gozando de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica.
  - ARTÍCULO 16: dice que todas las personas tienen derecho al libre desarrollo de la personalidad, sin más limitaciones que las que imponen los derechos de las otras personas y el orden jurídico.
  - ARTÍCULO 52: se reconoce como un derecho la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la práctica deportiva.
  - ARTÍCULO 67: la educación es un derecho y un servicio público que tiene una función social.
- **LA LEY GENERAL DE EDUCACIÓN 115 DE 1994:**



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- ARTÍCULO 5: en éste artículo se reconoce la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre como un fin de la educación, en donde es fundamental la formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene corporal.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- ARTÍCULO 14 y 23: la educación física, la recreación y el deporte formativo es una asignatura de enseñanza obligatoria tanto para preescolar como para la educación básica y media, además constituye una de las áreas fundamentales del currículo.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- **EL DECRETO 1860 DE 1994 (PEDAGOGÍA Y ORGANIZACIÓN DEL SERVICIO EDUCATIVO):**
  - ARTÍCULO 38: Plan de estudios. El plan de estudios debe relacionar las diferentes áreas con las asignaturas y con los proyectos pedagógicos y contener al menos los siguientes aspectos:
    1. La identificación de los contenidos, temas y problemas de cada asignatura y proyecto pedagógico, así como el señalamiento de las diferentes actividades pedagógicas.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

2. La distribución del tiempo y las secuencias del proceso educativo, señalando el período lectivo y el grado en que se ejecutarán las diferentes actividades.

3. La metodología aplicable a cada una de las asignaturas y proyectos pedagógicos, señalando el uso del material didáctico, de textos escolares, laboratorios, ayudas, audiovisuales, la informática educativa o cualquier otro medio o técnica que oriente o soporte la acción pedagógica.

4. Los logros para cada grado, o conjunto de grados, según los indicadores definidos en el proyecto educativo institucional.

5. Los criterios de evaluación y administración del plan.

- ARTÍCULO 48: Medios para la evaluación. La evaluación se hace fundamentalmente por comparación del estado de desarrollo formativo y cognoscitivo de un alumno, con relación a los indicadores de logro propuestos en el currículo. Pueden utilizarse los siguientes medios de evaluación:

1. Mediante el uso de pruebas de comprensión, análisis, discusión crítica y en general, de apropiación de conceptos. El resultado de la aplicación de las pruebas debe permitir apreciar el proceso de organización del conocimiento que ha elaborado el estudiante y de sus capacidades para producir formas alternativas de solución de problemas.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

2. Mediante apreciaciones cualitativas hechas como resultado de observación, diálogo o entrevista abierta y formuladas con la participación del propio alumno, un profesor o un grupo de ellos.

- ARTÍCULO 57: éste artículo, trata el tema de la jornada única y el horario académico, dejando muy en claro que la semana lectiva para la básica primaria tendrá una duración mínima de 25 horas de trabajo en actividades pedagógicas y para la básica secundaria tendrá una duración mínima de 30 horas y que en el desarrollo de dichas actividades pedagógicas, se deben tener en cuenta las actividades lúdicas, culturales, deportivas y sociales de contenido educativo orientadas por pautas curriculares.

- **LA LEY 715 DE 2001(SISTEMA GENERAL DE PARTICIPACIONES):**

Ésta ley en su artículo 76, dice que corresponde a los municipios directa o indirectamente, promover, financiar o cofinanciar proyectos que giren alrededor de la educación física, la recreación, el deporte, el aprovechamiento del tiempo libre y la adecuación o mantenimiento de escenarios deportivos.

- **LA RESOLUCIÓN 2343 DE 1996** (Por el cual se adopta un diseño de lineamientos generales de los procesos curriculares del servicio público educativo y se establecen los indicadores de logros curriculares para la educación formal.): en su artículo 10, se menciona la estructura de los grados de la educación formal, por conjuntos de grados así:

Conjunto de los grados del nivel preescolar.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Conjunto de los grados 1, 2, 3 del nivel de la educación básica.

Conjunto de los grados 4, 5, 6 del nivel de la educación básica.

Conjunto de los grados 7, 8 y 9 del nivel de la educación básica.

Conjunto de los grados 10 y 11 del nivel de educación media.

Y en su artículo 17, se mencionan las bases para la formación de logros e indicadores específicos. Los logros por grado y los indicadores de logros específicos, serán formulados por las Instituciones educativas, según su proyecto educativo institucional, teniendo en cuenta, especialmente:

- Los indicadores de logros por conjuntos de grados.
  - Los principios y fundamentos que orientan la acción de la comunidad educativa en la institución.
  - Los objetivos generales del proyecto educativo institucional.
  - La experiencia pedagógica de la propia institución.
  - Los intereses, necesidades, expectativas y propuestas de la comunidad educativa.
  - El devenir del conocimiento de la ciencia y la tecnología, el ambiente y los cambios individuales, grupales y colectivos que se producen a nivel local, territorial, nacional y mundial.
  - Las dimensiones corporal, cognoscitiva, comunicativa, estética, espiritual y valorativa del desarrollo integral humano, de conformidad con la propuesta pedagógica que haya formulado la institución.
- 
- La atención de los factores que favorecen el pleno desarrollo de la personalidad del educando, como la capacidad para la toma de decisiones, el trabajo en equipo, el uso creativo del tiempo, el manejo de problemas y conflictos y la asunción de responsabilidades.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- **EL DECRETO 0230 DE 2002:** en el cual se encuentra todo el referente legal con respecto al **plan de estudios**, al **currículo**, la **evaluación** y la **promoción de los educandos**; el artículo 3 señala que el Plan de Estudios está estructurado por las áreas obligatorias y fundamentales, y las optativas con sus respectivas asignaturas, que forman parte del currículo de los establecimientos educativos. El plan de estudios contiene, entre otros aspectos,

Los logros, competencias y conocimientos que los estudiantes deben alcanzar en cada área y grado; los contenidos, temas y problemas de cada área; la metodología que se aplicará en cada área; y los indicadores de desempeño y metas de calidad. En los artículos 4 y 5 se encuentra específicamente el tema de la evaluación de los educandos e informes de evaluación. La evaluación de los educandos será continua e integral, y se hará con referencia a cuatro períodos de igual duración en los que se dividirá el año escolar. Los cuatro informes y el informe final de evaluación mostrarán para cada área el rendimiento de los educandos, mediante una escala dada en los siguientes términos: Excelente, Sobresaliente, Aceptable, Insuficiente y Deficiente.

- **LA LEY DEL DEPORTE 181 DE 1995** ("Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte");
  - ARTÍCULO 10: Entiéndase por Educación Física la disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y calidad de vida de los individuos con sujeción a lo dispuesto en la Ley 115 de 1994.
  - ARTÍCULO 11: Corresponde al Ministerio de Educación Nacional, la responsabilidad de dirigir, orientar, capacitar y controlar el desarrollo de los currículos del área de Educación Física de los niveles de Preescolar, Básica Primaria, Educación Secundaria e instituciones escolares especializadas





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

para personas con discapacidades físicas, síquicas y sensoriales, y determinar las estrategias de capacitación y perfeccionamiento profesional del recurso humano.

- **LA LEY 934 DE 2004** (Por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones.):
  - ARTÍCULO 2: Todo establecimiento educativo del país deberá incluir en su Proyecto Educativo Institucional, PEI, además del plan integral del área de la Educación Física, Recreación y Dep orte, las acciones o proyectos pedagógicos complementarios del área. Dichos proyectos se desarrollarán en todos los niveles educativos con que cuenta la institución y propenderá a la integración de la comunidad educativa.
- **LOS LINEAMIENTOS CURRICULARES DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL:**

“los lineamientos curriculares aportan elementos conceptuales para construir el núcleo común del currículo de todas las instituciones educativas y fundamentar los desarrollos educativos hacia los cuales se pueden avanzar y generar cambios culturales y sociales (resolución 2343 de 1996).”

### III. MARCO CONCEPTUAL

Para satisfacer la necesidades de la institución Educativa en cuanto Plan Integral de Área de educación física, recreación y deporte; es necesario profundizar en cada uno de los términos y conceptos que lo componen. Esto se hace, con el firme propósito de que el docente encargado de orientar el área tenga pleno conocimiento y manejo de cada una de las siguientes concepciones:



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- ❖ CAPÍTULO I: LA EDUCACIÓN FÍSICA ¿PARA QUÉ?
- ❖ CAPÍTULO II: CRECIMIENTO, DESARROLLO Y MADURACIÓN
- ❖ CAPÍTULO III: MOTRICIDAD
- ❖ CAPÍTULO IV: LÚDICA
- ❖ CAPÍTULO V: ELEMENTOS CURRICULARES
- ❖ CAPÍTULO VI: TIEMPOS
- ❖ CAPÍTULO VII: COMPETENCIAS CIUDADANA

## **CAPÍTULO I**

### **LA EDUCACIÓN FÍSICA ¿PARA QUÉ?**

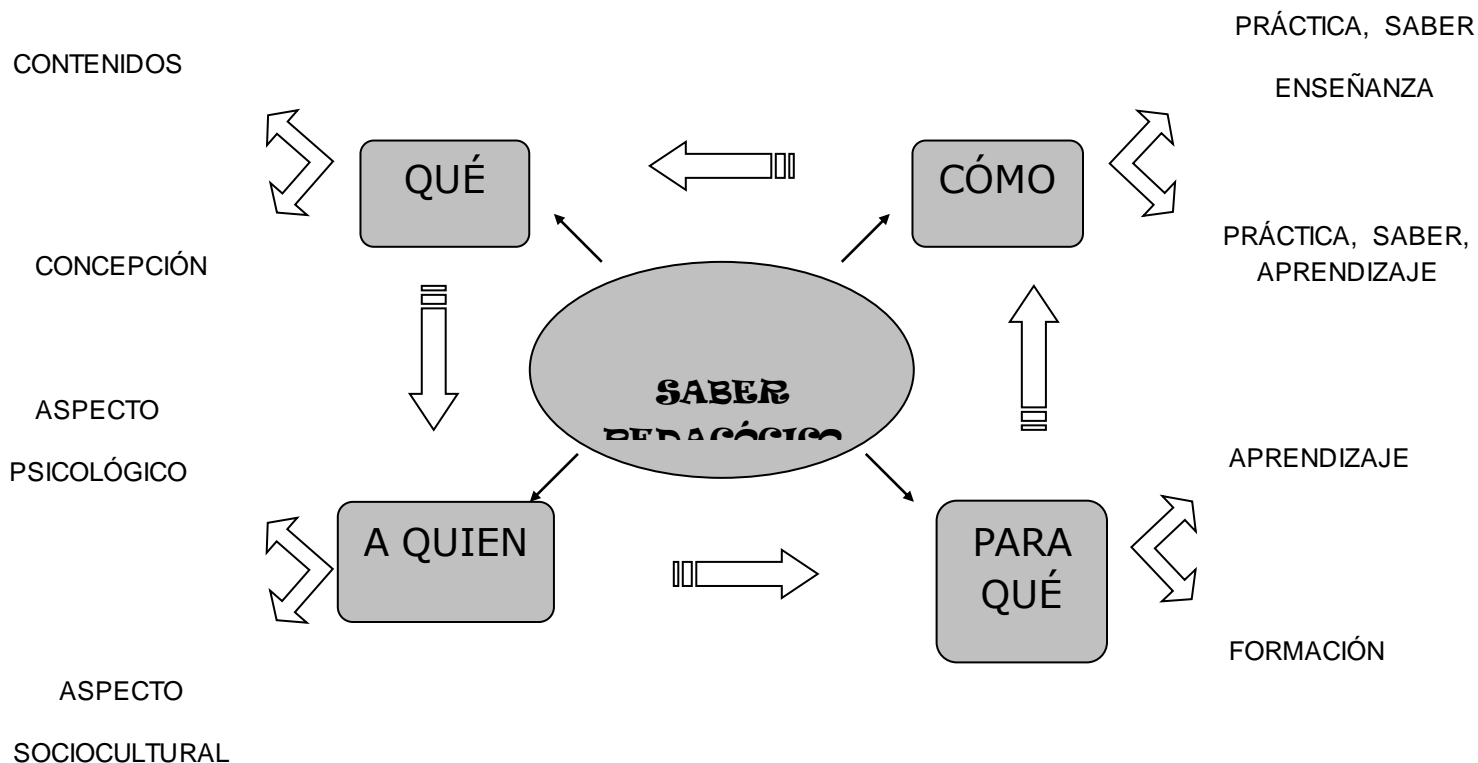
Para abordar éste tema, se ha tomado como referencia el texto: “educación física?”, escrito por Héctor Mancera Gálvis, Licenciado en educación física de la universidad Pedagógica Nacional Bogotá, publicado en



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

la revista No 1 “Pedagogía y Movimiento” de la universidad Cooperativa de Colombia seccional Bucaramanga, página 28.

La educación física, es una disciplina pedagógica, por lo tanto responde a un saber pedagógico; es decir, que responde a: qué, cómo, a quién y para qué se enseña; logrando así un proceso de formación de un ser pensante, sensible y actuante, que además tiene unas características psicológicas y socioculturales específica





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Se tratará ahora de resolver la pregunta inicial, ¿la educación física, para qué?, partiendo primero de la definición de ¿qué es la educación física?: La educación física, es una disciplina pedagógica que ayuda al individuo en el desarrollo intencional, armonioso, natural y progresivo de sus facultades de movimiento; la cual, según la Federación Internacional de Educación Física (F.I.E.F), tiene como grandes finalidades las siguientes:

- Cuerpo sano y equilibrado
- Aptitud para la acción motriz
- Valores morales
- Desarrollo individual (hombre dueño de sí mismo)
- Adaptación al espacio (hombre adaptado al entorno físico)
- Integración al mundo social (hombre relacionado con los demás)

Por lo tanto, “Es conveniente orientar la enseñanza de la educación física más que a las destrezas, al desarrollo físico, considerando éste como el proceso natural de formación y desarrollo de las formas y funciones del organismo, hacia una normo – funcionalidad del mismo, en equilibrio psico – físico.”

- Tal normo – funcionalidad en equilibrio psicofísico sólo se podrá conseguir, con una aplicación consciente del saber pedagógico, integrando sus componentes.
- La educación física, adecuará sus contenidos a las condiciones individuales de los estudiantes, de tal forma que todos y cada uno puedan ejecutar las tareas motrices. El deporte se involucrará como elemento educativo, modificando sus reglas rígidas excluyentes a reglas modificadas que incluyan.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- El qué, en cuanto a contenido, se implementará de acuerdo al desarrollo fisiológico – evolutivo del estudiante; y en cuanto a la concepción, se orientará hacia la formación integral; es decir, el qué en función del para qué, superando éste último el síndrome de adiestramiento, para concebir el aprendizaje propiamente dicho.

La ¿Educación física para qué?, nos lleva a pensar en ¿Cuál es la importancia del proceso de enseñanza – aprendizaje de la educación física en la escuela? La educación física puede contribuir a desarrollar desde el punto de vista formativo, los siguientes aspectos, los cuales justifican la implementación en las escuelas, instituciones educativas o colegios la implementación de una educación física regida por los lineamientos curriculares y un buen plan de área, tanto en la educación preescolar, básica y media y teniendo como base de todo el proceso educativo a un docente licenciado en educación física que pueda orientar adecuadamente el proceso de enseñanza – aprendizaje de los estudiantes de una manera adecuada dentro de las competencias que exige el área de educación física, recreación y deporte. La educación física desarrolla entonces:

- La autovaloración de las propias capacidades.
- El desarrollo de la capacidad de autocontrol, con el incremento de las formas de expresión corporal, permitiendo así la expresión de sentimientos, emociones y afectos.
- La confianza en sí mismo.
- La sensibilización individual y social que permitan el compromiso y cohesión en los trabajos de equipo, asumiendo la ejecución de diferentes acciones motrices con base en la aceptación y reconocimiento de las diferencias individuales.
- Educar en el pensamiento y reflexión crítica y objetiva, conociendo su corporeidad, su motricidad y su medio, para orientarlo a acciones y actitudes afectivas y tolerantes.
- Evaluar por procesos, no por productos, atendiendo al ser – sensible antes que al ser – ejecutante.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **CAPÍTULO II**

### **CRECIMIENTO, DESARROLLO Y MADURACIÓN**

Para poder identificar los cambios más significativos en los estudiantes, es importante determinar el significado conceptual que tiene cada uno de los elementos que componen este capítulo.

Se entiende por crecimiento, el aumento del tamaño y número de las células, en el aumento del tamaño del número de células se da, lo que se conoce como Hipertrofia (a nivel del músculo esquelético) y en el incremento del número de células se presenta la Hiperplasia (a nivel de músculo liso).

En definitiva, el crecimiento ha sido definido como el proceso de incremento de la masa de un ser vivo, que se produce por el aumento del número de las células o de la masa muscular.

¿Pero cómo se puede medir el crecimiento? Esta se puede determinar por medio de las siguientes mediciones:

- Toma de de perímetro cefálico, abdominal y torácico,
- Medidas antropométricas, para establecer el peso, el porcentaje de grasa y talla acordes para la edad del individuo.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHAGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

En cuanto al Desarrollo, se define como el proceso de adquisición de funciones cada vez más complejas y se mide a través de como el niño adquiere la capacidad de sostener la cabeza, marcha y manipulación de diversos objetos.

También se puede definir este, como el proceso por el cual los seres vivos logran mayor capacidad funcional de sus sistemas a través de los fenómenos de maduración, diferenciación e integración de funciones.

Y “la maduración es una función de estructura a potenciar de acuerdo al nivel de optimización del organismo, lo cual es mucho más funcional”

Cuando se habla de “una función de estructura a potenciar” se está haciendo referencia los procesos de crecimiento físico que posibilita el desarrollo de una conducta, lo que determina con el pasar de los días, la evolución del niño hasta el estado adulto.

En este proceso de maduración, los individuos adquieren nuevos indicadores, como los son:

- O Maduración dentaria: marcado por la evolución de la dentadura.
- O Maduración sexual: caracterizado en la pubertad cuando aparece la menarca,
- O Maduración psicomotriz: maduración de las funciones motoras gruesas, finas, sensoriales, sociales y maduración emocional del niño, de sus funciones adaptativas, de procesos de individualización e independencia.
- O Maduración ósea: diferenciada por los huesos anchos, cortos y largos.

En definitiva, el crecimiento y el desarrollo son dos palabras que se entremezclan y se emplean en forma conjunta, dado que ambas se refieren a un mismo resultado: Maduración del organismo.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Para ir terminando con la conceptualización de los términos antes señalados, se explicaran a continuación algunos factores que determinan el crecimiento, el desarrollo y la maduración de un individuo:

- O Potencial Genético, determinado por los genes hereditarios
- O Factor Neuroendocrino, potenciado por el crecimiento hormonal
  - Factor Metabólico, determinado por las enzimas lactosa y lactosa, las cuales interviene en el metabolismo.
  - Factores Nutricionales, la cual debe ser acorde para la edad, balanceada, variada, completa y finalmente sabrosa o apetitosa.
  - Factor Económico, determinado por los padres de familia o personas que están directamente involucradas con el estudiante, la cual va a permitir comprar alimentos o medicamentos cuando sea necesario.
  - Factor Psicoemocional, brindado por los padres o personas que lo rodean al estudiante para generar seguridad y personalidad.
  - Factor Ambiental: lo cual involucra la presión atmosférica y contexto que rodea la vivienda.
  - Factor sociocultural, relacionado con las creencias y formas de vida del núcleo familiar
  - Factor Social, relacionado con el estrato que rodea a una persona o familia.

Ahora, para ir concluyendo con este capítulo, se hará un abstract de la página Web **Crecimiento y desarrollo** ([www.geocities.com/HotSprings/Falls/3607/pag8](http://www.geocities.com/HotSprings/Falls/3607/pag8)), donde se explicaran los comportamientos más comunes de los estudiantes en la básica primaria:

**1. Etapa Preescolar:** Esta etapa va desde los 16 meses a los 6 años de edad.





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

De los 16 meses a los 3 años el niño empieza a obtener una alimentación más variedad. En esta edad el niño aprende a tomar la cuchara, la dentición transitoria se completa aproximadamente a los 2 años y medio con un total de 20 piezas. La marcha autónoma desarrollada al final de lactancia se perfeccionara y aprenderá a correr, a subir y a bajar escaleras y a saltar en un pie.

Entre los 15 y 24 meses la adquisición de nuevos vocablos ocurre en forma vertiginosa y a los 2 años se han incorporado a su léxico un promedio de 300 palabras. Al final del tercer año el cerebro tiene ya el 85 % del peso y volumen del adulto y para entonces tendrá el número de neuronas con las que vivirá durante toda su vida.

El preescolar descubre plenamente su propia persona con el concepto de pertenencia (mío) y (tuyo). En esta edad el niño adopta una conducta negativista, donde él se empeña en comer él solo, asearse solo, vestirse solo y desnudarse solo. Esta etapa se caracteriza por berrinches y rabietas frecuentes.

En esta etapa se desarrolla el entrenamiento en el control de esfínteres, el cual se logra al final del segundo año de vida e inicios del tercero en el que el niño ya es físicamente capaz de un control anal y vesical satisfactorio durante el día.

De los 3 a los 6 años transcurre la etapa del jardín de niños en esta etapa la independencia se acentúa y comienza a definirse la personalidad propia mientras se amplía su contacto social. Desde el punto de vista de crecimiento durante el tercero, cuarto y quinto años de vida las ganancias en peso y estatura son relativamente constantes, de alrededor de 2 kg y de unos 6 a 7 cm por año.

Con Respecto al desarrollo esta es una etapa especialmente importante en la adquisición y consolidación de esquemas de conducta. También esta etapa se convierte en el (¿por qué?) se ha estimado que un niño normal de 4 años puede hacer hasta 400 preguntas al día. Entre los 3 y los 5 años, tanto el niño como la niña muestran



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Interés en sus genitales y las diferencias entre ambos sexos crean inquietudes y un cúmulo de preguntas que los padres deben resolver de manera positiva.

En esta etapa el niño ha superado una etapa sumamente laboriosa de su vida; ha puesto en marcha todas sus funciones psicomotoras; mantiene una postura libre en el espacio; la coordinación de sus movimientos musculares gruesos y finos con sus percepciones visuales, auditivas y táctiles ha alcanzado gran percepción y finura; ha establecido la dominación cerebral diestra o zurda y por tal motivo su destreza manual es manifiesta y ha logrado una percepción de todas las direcciones del espacio. El lenguaje ha alcanzado una maduración prácticamente completa con el enriquecimiento del vocabulario y la pérdida de la articulación infantil. Al mismo tiempo ha alcanzado una cierta independencia de su madre y ha adoptado los papeles descritos para su edad y sexo. Todo esto derivado de la integración social en la vida familiar le permitirá volcarse hacia el mundo externo, el de los niños de su misma edad, y vivir la experiencia de nuevas autoridades y de las vivencias que proporciona la escuela.

Para terminar con la etapa de preescolar, es importante enunciar las etapas de desarrollo artístico, según la página

Web:

Etapas ([www.rmm.cl/usuarios/hflandez/doc/200610142018350.Eta%20 del des %20artis.doc](http://www.rmm.cl/usuarios/hflandez/doc/200610142018350.Eta%20del%20des%20artis.doc)). Donde el niño pasa por las dos siguientes fases:

Fase número uno: El garabato “Comienzos de la auto-expresión”, edad 2 a 4 años:

- En esta etapa se presenta: tres tipos de garabateo:
  - En esta Garabato sin control: Es el movimiento por el movimiento mismo. El niño traza líneas moviendo todo el brazo hacia adelante y hacia atrás, sin importarle la dirección visual. Sólo le interesa el placer del movimiento



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- Garabato controlado: se caracteriza por el intento de dirigir la mano en la misma dirección de un trazo ya realizado para poder repetirlo, y por el entrenamiento en la realización de figuras cerradas.
- Garabato con nombre: es cuando el trazo adquiere valor de signo y de símbolo. El niño dibuja con una intención; aunque el garabato no sufra en sí demasiadas modificaciones, el niño espontáneamente le pondrá un nombre.

- Fase número dos: Pre-esquemática “Primeros intentos de representación”, edad 4 a 7 años:

Comienza los primeros intentos conscientes para crear símbolos que tengan un significado y uno de los más significativos, es la representación de la figura humana. En esta etapa está buscando lo que posteriormente va a ser su esquema personal por eso se perciben cambios constantes de formas simbólicas, ya que cada individuo tiene su particular forma de expresar los elementos cotidianos animales o construcciones. En definitiva, es el comienzo real de una comunicación gráfica

## **2. Etapa escolar:** Va de los 6 años a los 12 años

La crisis que se desarrolla es la pubertad. Durante los años escolares parece existir menos sincronía en el crecimiento que en cualquier otra etapa de la vida. El niño(a) lograba en sus sucesivas etapas el mantenimiento de la posición sentado, de la posición erecto y de la capacidad de traslación. El preescolar lograba la comunicación y la integración social. El adolescente por su parte lograra alcanzar la diferenciación sexual y la maduración definitiva con la afirmación de su propia personalidad. Esta es una etapa donde el escolar es un ser moldeable, ya que las huellas significativas que deje el ambiente persistirán e influirán durante toda su vida.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

También existe una acusada tendencia a la separación de los sexos que se inicia en los últimos años preescolares y culmina hacia los 10 años. También el niño comienza a considerar los etiquetamientos sociales hombre-mujer, blanco o moreno, rico o pobre, alto o bajo, inteligente o tonto con todo lo que esto implica.

En general esta época de la vida está llena de alegría y abandono, de placenteros descubrimientos y sorpresas, maravillas y entretenimientos, pero también de temores, terrores, ansiedades, incertidumbre y preocupación. Hay que hacer notar que en nuestra cultura occidental, la niñez ha cambiado, la urbanización y el desarrollo de las comunicaciones electrónicas han ocasionado cambios en las escuelas, y los niños aprenden más rápidamente que antes. Hay más tareas escolares que hacer en la casa, lo que reduce el número de horas que pueden dedicarse a ocupaciones infantiles.

De igual forma como en la anterior, también se presentan:

Por ejemplo:

- Fase tres: **Etapas esquemática “La obtención de un concepto de la forma”, edad 7 a 9 años:**

En esta fase el dibujo pueda ser considerado como un símbolo o esquema de un objeto real, él lo utiliza con una significación específica, es de esperar que a esta edad, logren representar un esquema humano con sus detalles característicos y que para el adulto resulten fácilmente reconocibles.

- Fase cuatro: **Los comienzos del Realismo “Edad de la pandilla”, 9 a 12 años:**

Hacia los 9 años la representación esquemática y las líneas geométricas no bastarán para permitir que el niño se exprese; intenta ahora enriquecer su dibujo y adaptarlo a la "realidad". Por esto tendrá que abandonar el uso de líneas geométricas, convertidas en un medio de expresión inadecuado, para seguir un



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

medio de representación más realista, en la que los detalles conserven su significación cuando estén separados del conjunto.

En esta etapa, descubren su independencia social. Los chicos disfrutan con sus reuniones y códigos propios, en ese mundo lleno de emociones que los mayores no comprenden. Tratan de independizarse de los adultos, que generalmente no están dispuestos a abandonar la supervisión sobre ellos, por lo que propician actividades secretas. Es un momento ideal para fomentar la cooperación grupal y los hábitos de respeto y consideración. Las chicas, también se reúnen entre ellas, tienen sus secretos, se interesan por la estética personal y aunque agradan a los chicos, suspiran por los de secundaria. La gran importancia que adquiere el grupo, hace que esta etapa sea conocida como "de la pandilla".

- **Fase cinco: Pseudonaturalismo, edad entre los 12 y 13 años**

El producto final de la creación artística adquirirá cada vez más importancia; se verá aparecer una distinción clara en las reacciones sensoriales de los niños ante su producción gráfica. Unos reaccionan más a estímulos de orden visual, tales como los colores o la luz; se inclinan a introducir la perspectiva en la representación del espacio. Otros se interesan sobre todo en la interpretación de experiencias subjetivas y ponen el acento en las relaciones emocionales existentes entre ellos mismos y el objeto.

- **Fase seis: La decisión, edad 13 a 14 años.**

En esta etapa, el momento de elegir cuál de todas las actividades que conoce desea dominar mejor, qué técnica va a perfeccionar y para qué lo va a hacer. En esta etapa se afirma plenamente la



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Diferenciación, ya perceptible con anterioridad, de dos tipos creativos bien diferenciados. El tipo aptico y el tipo visual.

El sujeto de tipo visual contempla las cosas del exterior, considera primero el conjunto, analiza después los detalles, para finalmente sintetizar sus impresiones parciales en un nuevo todo; es un observador atento y se comporta como espectador admirativo.

El tipo aptico, menos preocupado por la experiencia visual, es esencialmente emocional: se proyecta en su dibujo, en el cual participa como actor, y allí expresa las numerosas impresiones sensoriales, kinestésicas y táctiles que lo animan.

**3. Etapa de adolescencia:** en las mujeres de los 10 hasta los 18 años y en los hombres hasta los 20 años.

Es un periodo de cambios orgánicos y psicosociales de enorme trascendencia; periodo de logros y de reafirmaciones en la personalidad, que además de frustraciones, ansiedad y enfrentamientos sociales y familiares que pueden dejar secuelas definitivas en el desarrollo de la persona, es el lapso en el que el niño/a se transforma en adulto y adquiere una personalidad que lo distinguirá en lo social y en lo cultural ante sus semejantes.

Desde los 10 hasta los 15 años, se presentan las siguientes características:



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- Llega la pubertad con velocidad distinta dependiendo de cada adolescente. Aumento de apetito en épocas de crecimiento. Necesitan dormir más. Hay desarrollo de los órganos sexuales, cambios en la voz, posible olor corporal.
- Desarrollo de nuevas capacidades para ver las cosas en términos relativos y abstractos y para pensar. El sentido del humor puede estar más centrado en la ironía y el sexo. Época de mayor conflicto con padres.
- Tendencia hacia el egocentrismo. Buscan la aprobación social de sus compañeros. Aunque entienden los conceptos relacionados con el orden social, a esta edad suelen cuestionar ciertos principios sociales, morales y/o éticos, a veces sobre todo los que tienen los padres.
- Depende de cómo aceptan los cambios que ocurren durante la pubertad. Tendencia a conformarse con estereotipos de hombre o mujer. Preocupación con problemas de peso, piel, altura y el aspecto físico en general.
- Atención centrada en sí mismo. Preocupación por la opinión de otros. Necesitan más intimidad en el hogar. Sufren cambios muy fuertes de humor y pueden pasar de la tristeza absoluta a la alegría desbordada en cuestión de horas, sin saber muy bien por qué. Tendencia a olvidar todo.
- Suele ser la etapa de mayor conflicto con los padres mientras buscan una identidad propia dentro de la familia más allá que la del niño o la niña de antes. Busca más compañía de sus compañeros. Rechaza a veces muestras de cariño, aunque las sigue necesitando. Deseo de tomar sus propias decisiones y rebelarse contra las limitaciones de la disciplina de los padres aunque las siguen necesitando.
- Los cambios de la pubertad y cómo reaccionan los compañeros pueden condicionar las amistades. Hay mayor tendencia a compartir confidencialidades y formar grupos de 2 a 6 amigos. Se despierta el deseo sexual y algunos empiezan ya a formar parejas.

Características en los adolescentes de los 15 a los 20 años:



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- Hay mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y durante esta etapa llegan a su altura y peso de adulto
- Presentan mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro.
- Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violan a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.
- Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papeles, valores, amigos, aficiones.... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión y a sufrir enfermedades como la anorexia y la bulimia.
- Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejoría en las relaciones familiares. Siguen discrepando con algunos límites impuestos por los padres (como dinero, tareas en casa, hora de llegar a casa, aparencia...), aunque la existencia de estos límites les beneficiarán mucho a largo plazo.
- Las amistades entre mujeres y hombres empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

### **CAPÍTULO III**

#### **MOTRICIDAD**





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Cuando se habla de antropología, sociología o psicología; generalmente tenemos un concepto (aunque sea poco formado) de lo que es cada una de ellas; pero cuando se trata de educación física, no es tan claro su significado, ya que ésta depende de dos esferas del sujeto y de la vida humana tales como: EL CUERPO Y LA MOTRICIDAD.

Ya en el capítulo I, se trató de explicar y justificar brevemente lo que es la educación física, pero en éste caso se tratará de profundizar en éstas dos esferas del sujeto y de la vida humana, las cuales nos servirán como anclaje a ese gran concepto de educación física (como una forma de adentrarnos más en él), que de una u otra forma interactúa con las diferentes esferas del desarrollo humano como lo son: LA ESFERA FÍSICA MADURATIVA, LA ÉTICO MORAL, LA LÚDICA, LA COGNITIVA, LA ERÓTICO AFECTIVA, LA LINGÜÍSTICA COMUNICATIVA, LA POLÍTICA Y LA PRODUCTIVA LABORAL. Todas ellas identificadas y definidas por Ofelia Roldán Vargas en la conferencia: “Educación, Desarrollo Humano Y Cultura Física”; las cuales retomaremos más adelante.

Se hablaba entonces de que la educación física depende de dos esferas especiales del sujeto y de la vida humana: El Cuerpo Y La Motricidad. El Cuerpo, en la educación física, es mirado muchas veces como organicidad, como un objeto que hay que educar para desarrollar las capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad y Flexibilidad); para obtener un buen dominio sobre él; para contribuir a la salud física y mental, al desarrollo de valores y a la utilización adecuado del tiempo libre. Sin embargo, desde una mirada Cartesiana, el cuerpo es un órgano que hay que educar más que todo en el control y la higiene corporal; es por esto que actualmente se le está prestando mayor interés a otros conceptos, uno de ellos es el concepto de La Motricidad, ya que éste se aparta completamente de la concepción de cuerpo como órgano bioguista.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Definamos entonces que es motricidad para seguir avanzando en su conceptualización. “La Motricidad, es la expresión y manifestación cultural del proceso de formación y cualificación del ser humano que se desarrolla en su globalidad y particularidad en interacción con otros seres humanos por medio de la educación”. Además, con respecto a la motricidad, Eugenia Trigo, Licenciada En Educación Física Y Doctora En Ciencias De La Educación, dice: “cuando hablamos de motricidad humana estamos refiriéndonos a la realidad corpórea íntegra del ser humano. Por lo tanto, y en primer lugar habrá que desarrollar aspectos como: descubrir el cuerpo como el ser nosotros, despertar la sensibilidad corporal, adquirir hábitos de salud sentida, querida y recreativa, aceptarnos y amarnos por lo que somos.”

Cuando Eugenia Trigo se refiere a la motricidad como una realidad corpórea íntegra, indiscutiblemente se está refiriendo a lo que se estaba hablando al principio: A Las Esferas Del Desarrollo Humano, las cuales deben trabajarse como un todo integral e integrado y no como esferas de la vida que no tienen ninguna conexión entre sí. Para entender mejor ésta relación de esferas, que trabajadas de forma integral, constituyen o forman al sujeto en sus dimensiones individual y social, se hará un cuadro (en el que se presenta o explica cada una de ellas), Tomado De Investigación Realizada Para PLAN Internacional Sobre Evaluación Del Dominio De Aprendizaje. 1996. CINDE. LUNA CARMONA, María Teresa Y ROLDÁN VARGAS OFELIA:



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

ESFERAS	PROCESOS BÁSICOS	APRENDIZAJES BÁSICOS
FÍSICA MADURATIVA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollo Psicomotriz</li><li>• Salud Y Nutrición</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Independencia Psicomotora</li><li>♦ Destreza Manual</li><li>♦ Auto cuidado</li></ul>
ÉTICO MORAL	<ul style="list-style-type: none"><li>• Conciencia Mora</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Sentido Del Bien Propio Y Del Bien Común</li><li>♦ Respeto A La Diferencia</li><li>♦ Solidaridad</li></ul>



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

LÚDICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentido Del Disfrute</li> <li>• Procesos De Expresión Creativa</li> <li>• Sentido De La Libertad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Motivación Por El Aprendizaje Y La Recreación</li> <li>♦ Expresión Corporal</li> <li>♦ Expresión Musical</li> <li>♦ Expresión Plástica</li> <li>♦ Capacidad De Explorar Nuevas Alternativas</li> </ul>
COGNITIVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamiento Lógico</li> <li>• Creatividad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Aplicación De Operaciones Matemáticas Básicas En La Resolución De Problemas</li> <li>♦ Ubicación Témporo-Espacial</li> <li>♦ Sentido De Causalidad</li> <li>♦ Capacidad De Reconstruir Procesos Y Acciones</li> <li>♦ Romper Esquemas</li> <li>♦ Identificar Alternativas</li> </ul>
ERÓTICO AFECTIVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identidad Personal</li> <li>• Identidad Cultural</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Auto concepto Realista</li> <li>♦ Sentido De Pertenencia Cultural</li> </ul>
LINGÜÍSTICA COMUNICATIVA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo De La Comunicación Oral</li> <li>• Desarrollo De La Comunicación Escrita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Escuchar</li> <li>♦ Dialogar</li> <li>♦ Interactuar</li> <li>♦ Leer</li> </ul>



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOLÍ  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

		<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Escribir</li> </ul>
POLÍTICA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conciencia Participativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Participar Y Tomar Decisiones En Grupo</li> <li>◆ Negociar Conflictos Y Resolver Problemas En Grupo</li> <li>◆ Organizarse Para Lograr Objetivos Comunes</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• PRODUCTIVA LABORAL</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocimiento Del Mundo Social Y Natural</li> <li>• Cuidado Y Protección Del Entorno</li> <li>• Desarrollo Ocupacional</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Reconocer Las Oportunidades De Desarrollo Que Brinda El Contexto</li> <li>◆ Prevenir Riesgos Y Desastres</li> <li>◆ Utilizar De Manera Sostenible Los Recursos Naturales</li> <li>◆ Desempeñar Un Oficio</li> <li>◆ Gerenciar La Actividad Productiva</li> <li>◆ Valorar El Trabajo Como Fuente De Subsistencia Y De Autorrealización</li> <li>◆ Transformar Condiciones De Vida</li> </ul>

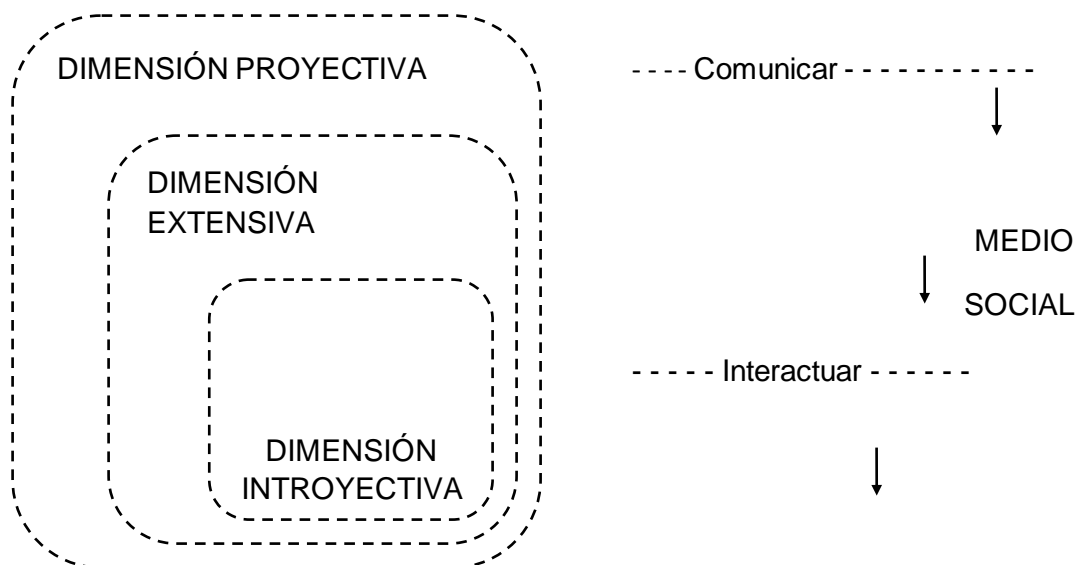
“Así, la motricidad se configura como garantía de participación del sujeto en un colectivo que lo diferencia y también le da una identidad y una pertenencia a un medio”<sup>1</sup>, a través, de sus dimensiones. Veamos el siguiente cuadro, tomado del libro La Educación Física En La Enseñanza Primaria, Escrito Por Marta Castañer Balcells Y Oleguer Camerino Foguet, Página 32.; en el cual se evidencian las dimensiones de la

<sup>1</sup> Arboleda Gómez, Rubiela. Encuentro Con La Educación Física: Un Episteme Alrededor De La Motricidad. Parcelas Y Horizontes. Página 178.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

motricidad humana, las cuales están estrechamente relacionadas con las esferas del desarrollo humano, explicadas anteriormente.



“La motricidad acompaña a la corporeidad y ambas no se distinguen, pues cuando nos movemos es el cuerpo el que se mueve y nuestra corporeidad la que se manifiesta”

El cuerpo es corporeidad y es por esto que no se debe limitar a su anatomía, fisiología o funcionalidad. La corporeidad se extiende a través de la cultura, la vestimenta, los instrumentos o herramientas creadas por el hombre, siendo el cuerpo el que los llena de significado.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

“Siguiendo a Trigo, se concluye que sólo se podría denominar motricidad a las acciones que tienen una significación para el sujeto”.

## COMPONENTES DE LA MOTRICIDAD

La motricidad, además de tener una concepción bastante amplia, se compone a su vez de: La psicomotricidad, Las capacidades perceptivo - motrices, Las capacidades físico - motrices, Las capacidades socio - motrices y como contrapunto, de las habilidades motrices. Se tratará de definirlas brevemente, teniendo así, una idea clara de lo que son: En El Manual De Observación Psicomotriz, una publicación de INDE, Víctor Da Fonseca, define a la psicomotricidad como: “la integración superior de la motricidad, producto de una relación inteligente entre el niño y el medio, e instrumento privilegiado a través del cual la consciencia se forma y se materializa”

Marta Castañer Y Oleguer Camerino, definen las capacidades perceptivo motrices como: “las directamente derivadas de la estructura neurológica, especialmente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central, a saber: la equilibración y los diversos tipos de coordinación, cuyo sustrato se encuentra:

- En la diferenciación sensorial, el análisis propioceptivo de reconocimiento del propio cuerpo (también conocido por somatognosia) y de la Actividad Tónico Postural Orto estática (A.T.P.O)
- En el conocimiento del mundo exterior (también conocido con el término de estereognosia), que implica la interacción con los objetos y los demás dentro de las coordenadas espacio - temporales”.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Castañer y Camerino, definen también en su libro *La Educación Física En La Enseñanza Primaria*, Página 55, las capacidades físico – motrices, socio – motrices y las habilidades motrices. Las capacidades físico – motrices, según ellos, son: “el conjunto de componentes de la condición física que intervienen en mayor o menor grado en la consecución de una habilidad motriz, tales como: la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad. Estas capacidades son susceptibles de ser observadas y medidas. De su interrelación resultan toda una serie de capacidades físico motrices complementarias: potencia, agilidad, resistencia muscular y “stretch” muscular. Las capacidades socio-motrices, trabajan los fenómenos interactuantes y comunicativos del niño que le preparan en su dimensión proyectiva, en ella incluimos las actividades de expresión y juego colectivo”. Y finalmente dicen que: “el desarrollo evolutivo de las habilidades motrices básicas (dotación filogenética) se construye en función de la condición físico – perceptiva y socio – motriz del niño. Así pues:

- o Toda habilidad motriz se edifica sobre la capacidad motriz. Y a su vez:
- o El conocimiento y desarrollo de las habilidades motrices, su combinación, su repetición y su ejercitación desarrollan la capacitación motriz perceptiva, física y social”

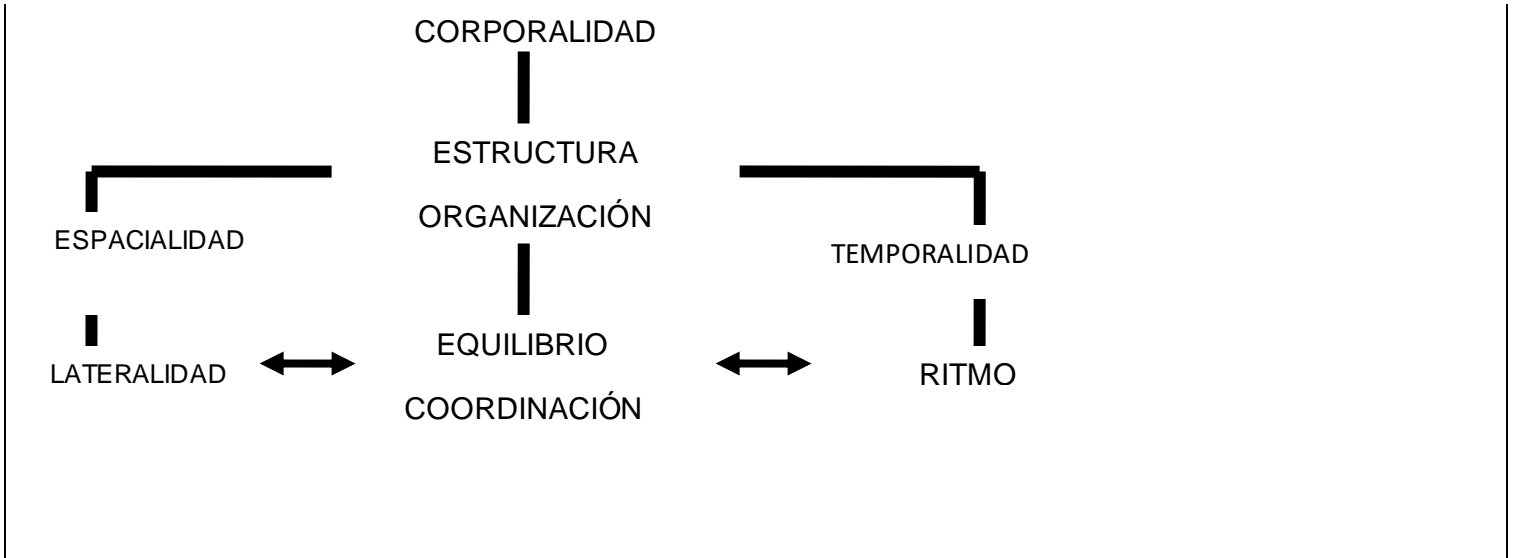
A manera de conclusión, se presentarán unos cuadros donde se sintetizan: las capacidades perceptivas motrices, físico motriz, socio motriz y las habilidades motrices, trabajadas anteriormente.

<b>CAPACIDADES PERCEPTIVO MOTRICES</b>
--

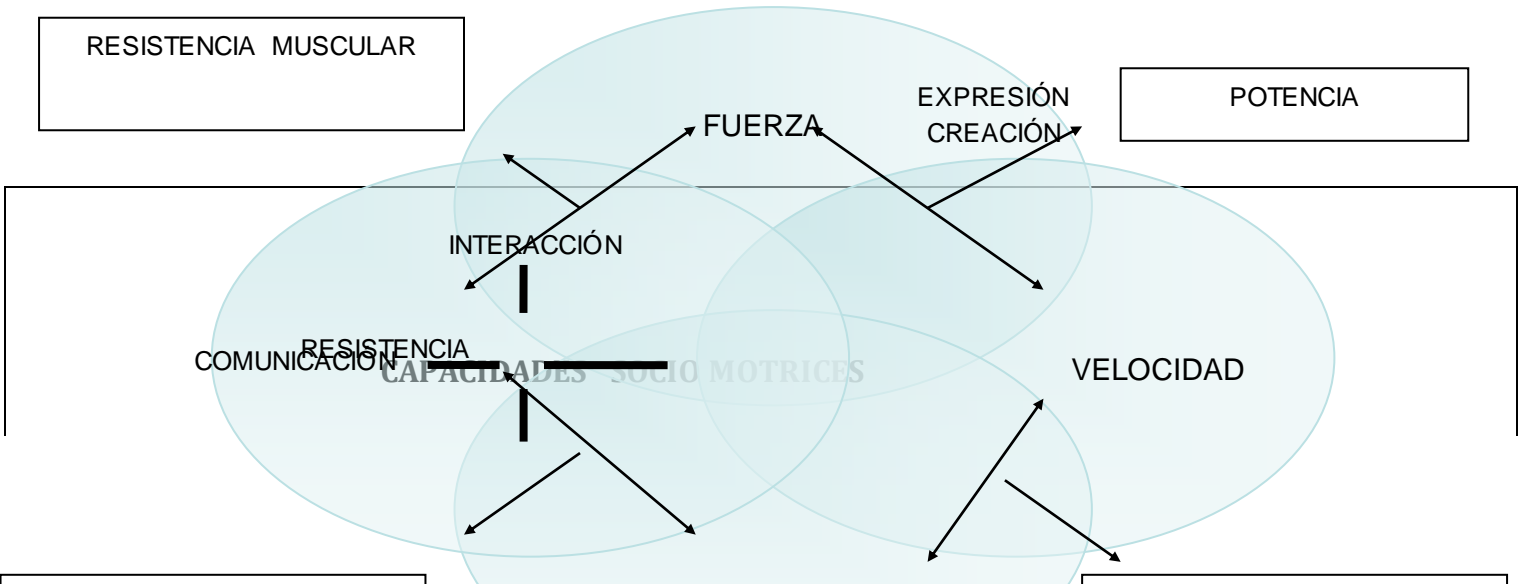




REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7



### CAPACIDADES FÍSICO MOTRICES





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

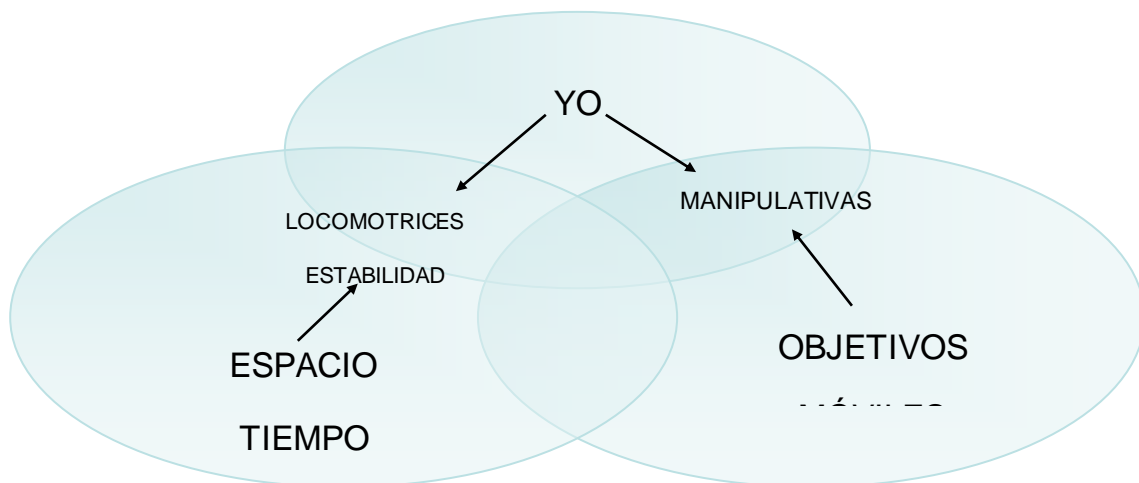
OPOSICIÓN



JUEGO  
COLECTIVO

IMAGINACIÓN

### HABILIDADES FUNDAMENTALES





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHAGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Vahos Jiménez, en su libro “¡Juguemos!”, dice que la lúdica es: “el juego como re - creación de la realidad para la recreación del hombre”. Sin embargo, Carlos Bolívar Bonilla, en su escrito “aproximación a los conceptos de lúdica y ludopatía”, define a la lúdica como: “la necesidad del ser humano, de sentir, expresar, comunicar y producir emociones primarias (reír, gritar, llorar, gozar) emociones orientadas hacia la entretención, la diversión, y el esparcimiento.”

“La Lúdica fomenta el desarrollo psico-social, la adquisición de saberes, la conformación de la personalidad, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento.”

La lúdica en sí misma encierra el baile, el juego, la ronda, los paseos, la simple observación de un partido de fútbol, la recreación, escuchar música, el gusto por la lectura, entre otras manifestaciones que el mismo ser humano disfruta, porque la lúdica busca satisfacer una necesidad en el hombre por medio de la emoción placentera, por medio de algo excitante para él y por lo tanto cada ser humano lo expresa o lo vive de manera diferente. Lo que para una persona cualquiera puede ser muy divertido y placentero, para otra persona no lo es.

## COMPONENTES DE LA LÚDICA

Dentro de éste capítulo se definirán algunos de los componentes de la lúdica tales como: el juego, la ronda, y la recreación, ya que son éstos los de mayor aplicabilidad en la escuela.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

? EL JUEGO:

“Sigmund Freud, entiende el juego como una forma de descargar tensiones y expresar sentimientos. Para Jean Piaget, el juego es una valiosa ayuda que estimula el desarrollo global de la inteligencia infantil. Edouard Claparède, considera el juego como una distracción, recreo, descanso, utilizado en el tiempo libre como contraposición al trabajo. José María Cajigal, define el juego como: una acción libre, espontánea, desinteresada e intrascendente, que saliéndose de la vida habitual, se efectúa en una limitación espacial y temporal, conforme a determinadas reglas, establecidas o improvisadas.”

• CARACTERÍSTICAS DEL JUEGO:

Rogert Caillois, determina en el juego 6 características:

- o Libre
- o Separado
- o Incierto
- o Improductivo
- o Reglamentado
- o Ficticio

Todo esto apunta a que el juego no tiene en sí mismo una finalidad concreta, no requiere ningún tipo de aprendizaje previo, gira en torno a la producción de placer, da libertad, facilita la toma de decisiones y permite actuar dentro de él sin ningún tipo de obligación. En comparación con la vida, el juego es ante todo irreal, ya que se desarrolla desde situaciones inexistentes y es producto de la imaginación del ser humano.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS:

Los juegos pueden ser; Según Rogert Caillois:

1. Juegos de agon, es decir de competición.
2. Juegos de mimicry, es decir la pantomima, simulacro o imitación, buscando el participante ser otro, caracterizando un rol.
3. Juegos de vértigo, causando en ellos desequilibrios, desconcierto, nerviosismo. Son aquellos en los que el participante obtiene placer mediante situaciones internas de pánico psicológico.
4. Juegos de alea, es decir juegos de azar, en los que la suerte es el principal mediador de la competencia.

- Según Jean Piaget:

1. Juegos censo – motores, en donde se descubre el mundo a través del movimiento y de los órganos de los sentidos.
2. Juegos simbólicos, surgen como imitación del mundo circundante, es decir que son juegos de representación de situaciones de la vida real.
3. Juegos de reglas, en las que el niño paulatinamente se va relacionando con otros niños, reflejándose en éste tipo de juegos las reglas de la sociedad.

- Según Erika y Hugo Döbler:

1. Juegos de la calle, juegos populares ligados a las costumbres.
2. Juegos motores, ligados a los movimientos corporales o físicos.
3. Juegos menores, requieren pocos medios, no exigen grandes habilidades, se pueden jugar en grupos pequeños y con reglas sencillas.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

4. Juegos deportivos, juegos mayores de equipo, en donde las reglas son fijas y de validez general.

## **EL JUEGO Y LA EDUCACIÓN FÍSICA**

- ❖ El juego en la educación física, constituye un elemento significativo de intervención, con el cual se puede favorecer el desarrollo de capacidades físicas condicionales, la adquisición de habilidades motrices básicas, el aprendizaje de movimientos técnico – tácticos a nivel deportivo y la expresión de sentimientos, emociones, pensamientos e ideas por medio del cuerpo.
- ❖ “las aplicaciones de los juegos en la educación física son múltiples:
- ❖ o Contribuye al desarrollo de la personalidad a través del movimiento, afirmando el juego social y aceptando la regla como norma.
- ❖ o Mediante él se consiguen objetivos y se desarrollan contenidos: aportando vivencias motrices y sociológicas y sociológicas en la parte introductoria, central y final de una clase.
- ❖ o Propicia mediante el placer y la diversión la creación de hábitos que perduran hacia una actitud positiva frente a la actividad física.
- ❖ o Fomenta la sociabilidad y la inteligencia, por medio de la riqueza que proporcionan los juegos.”

### **APLICACIÓN DE LOS JUEGOS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA:**

- ❖ o “Juegos de expresión y comunicación: hacen uso de los recursos expresivos del cuerpo como gestos y movimientos para expresar sensaciones, vivencias y sentimientos.
- ❖ o Juegos sensoriales: aquellos que ayudan a percibir la realidad que nos rodea mediante los sentidos.
- ❖ o Juegos motores: son los juegos en los que su principal componente es el movimiento bien sea de todo el cuerpo o de una parte del mismo.
- ❖ o Juegos gestuales o pre deportivos: familiarizan con los gestos técnicos y con el desarrollo de los deportes.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- ❖ o Juegos de desarrollo corporal: buscan el desarrollo o mejora de las capacidades físicas condicionantes como la fuerza, la velocidad, la Flexo elasticidad y la resistencia.
- ❖ o Juegos de oposición: consisten en derrotar al contrario.
- ❖ o Juegos de cooperación: enseñan a los participantes que la mejor forma de conseguir un objetivo es la colaboración.
- ❖ o Juegos de cooperación – oposición: buscan derrotar al contrario mediante la colaboración de todo un equipo.
- ❖ o Juegos tradicionales: han formado y forman parte de la acumulación cultural, resultado de su transmisión generacional.”

❖ **LA RONDA:**

Tomás Emilio Bolaño, define la ronda como: “canción danzada, formada por una sola copla que se repite a voluntad de los participantes, los cuales forman un círculo como símbolo de unidad, se le introduce también otras formas como hileras, filas, zigzag y semicírculos.”

**POTENCIAL EDUCATIVO DE LAS RONDAS:**

Según Gladys Elena Ocampo, “el potencial educativo de las rondas se justifica en que:



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- Utiliza los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, ideas y estados de ánimo.
- Sincroniza el movimiento corporal con estructuras rítmicas sencillas.
- Explora las posibilidades que tiene el gesto y el movimiento partiendo de la imitación.
- Desarrolla habilidades básicas mediante situaciones de juego.
- Adopta posturas y actitudes corporales adecuadas a diversas actividades.
- Adapta las habilidades motrices para desenvolverse con seguridad y autonomía en otros medios diferentes a los habituales (medio natural, acuático).
- Mejora las conductas motrices habituales a través del ajuste neuromotor.
- Facilita las actividades de aprendizaje escolar.
- Logra una adecuada relación entre el lenguaje expresivo, corporal y musical.
- Estimula la participación activa y espontánea en todas las tareas de movimiento corporal con intencionalidad expresiva.
- Explora situaciones comunicativas de grupo y de interacción mediante las posibilidades motrices de tipo corporal.
- Da a conocer nuevas formas de actividad física que los alumnos pueden poner en práctica en sus horas de tiempo libre, ya que ofrecen un nivel óptimo de diversión y de participación grupal.
- Aporta al desarrollo motor un amplio engranaje expresivo – comunicativo.
- Contempla un rico aporte de soporte musical y expresivo.
- Edifica las capacidades socio motrices de cooperación, comunicación, expresión, creación, y representación.”

❖ **LA RECREACIÓN:**





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Definida, según Tomás Emilio Bolaño Mercado, en su libro “Quehacer del ocio. Elementos teóricos de recreación”; editorial Kinesis, Págs.: 47-52

La recreación viene a ser entonces, la realización de actitudes y actividades que desarrollan en el individuo y en la sociedad, la creatividad y la participación social, como una forma de ocupación del tiempo libre, pero sobre todo de desarrollo del comportamiento de ocio creativo.

El código de educación del estado de California, define la recreación como: “cualquier actividad a que uno se entrega voluntariamente, que contribuya al desarrollo físico, mental o moral del individuo o grupo participante, incluyendo cualquier actividad en los campos de la música, el drama, la artesanía, la ciencia, la literatura, el estudio de la naturaleza, el contacto con la naturaleza, el atletismo, los deportes y cualquier tipo de juego que incorpore cualquiera de las mencionadas actividades”.

Estudiosos en el asunto de la recreación como GEORGE BUTLER, NELSON MELENDEZ, NELSON N. FOOT, HERNÁN HEMERES, ETHEL MADEIROS, OCTAVIO DE LIMA CAMARGO, LENEA GAELZER, entre otros; buscan una definición conceptual de la recreación en cuanto fenómeno o actividad humana, de las cuales podemos entresacar los conceptos comunes en ellos:

La recreación:

- Es una actividad o experiencia humana
- Tiende a desarrollarse principalmente durante el tiempo libre
- Es electiva y su ejecución es voluntaria



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- Produce gratificación a quien la ejecuta
- Se acepta como beneficio social
- Fomenta la creatividad
- Promueve valores
- Identifica social y culturalmente a los participantes

## **LA RECREACIÓN ES UNA ANIMACIÓN DE LA CULTURA**

La recreación tiene como característica primordial el que sus actos no se constituyen en una finalidad diferente de la acción de ellos mismos; por lo cual resultan gratificantes y placenteros. Los efectos que dichos actos tienen sobre la sociedad: contribución al mejoramiento de la calidad de vida, proveer ambientes compensatorios, proponer y sostener valores, posibilitar la trascendencia; identifican en la recreación su tarea de darle vida a la cultura.

### **FINALIDADES DE LA RECREACIÓN:**

- **MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA:** representa la búsqueda del mejoramiento de las condiciones de vida (seguridad personal, ambiente físico, ambiente social, ambiente psíquico) equilibrio familiar y grupal, cooperación comunitaria, estabilidad emocional.
- **PROVEER AMBIENTES COMPENSATORIOS:** la recreación ofrece al individuo ambientes que vienen a compensar a aquellos otros que han provocado desequilibrios en el comportamiento orgánico del individuo y del grupo. Estimula la relajación, el descanso, la diversión, la creación y la distracción.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- **PROMUEVE VALORES:** la práctica de comportamientos recreacionales, generan valores y actitudes que garantizarán el normal funcionamiento del hombre y su ecosistema. Es en el tiempo libre en donde el hombre puede rescatar la noción de lo que es, mediante acciones sin finalidad lucrativa.
- **POSIBILITAR LA TRASCENDENCIA:** el carácter de inutilidad, que poseen las acciones recreativas, hacen posible que el hombre descubra la importancia de lo trascendente, de lo divino. La recreación entonces, tiene como finalidad original la regeneración del hombre hasta en su profunda esencia: la trascendencia, el ir más allá de lo meramente físico y llegar hasta la esencia de las cosas.

## **CAPÍTULO V**

### **ELEMENTOS CURRICULARES**

Es importante comenzar a abordar éste tema de los elementos curriculares en el área de educación física, recreación y deporte, hablando de los lineamientos curriculares. En ellos, se encuentran las bases para la construcción de un área fortalecida, actualizada y que cumpla con las exigencias de la sociedad y del ministerio de educación nacional. En el siguiente párrafo, se define claramente el propósito de dichos lineamientos:

“El reto inicial de los lineamientos curriculares es cómo pensar, hacer y enseñar una educación física que dé respuesta a los factores que intervienen en su realización, en donde se relacionan e interactúan el saber disciplinar, el contexto sociocultural y el sujeto, a través de prácticas pedagógicas orientadas a la formación personal y social afirmada en una reflexión sobre lo que ha sido, un análisis de la situación actual y una exploración de perspectivas y compromisos hacia el deber ser de esta área educativa fundamental.”



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Si en los lineamientos curriculares para el área de educación física, recreación y deporte, se afirma (sustentado por la ley general de educación 115) que la educación física es un área educativa fundamental (artículo 23, ley 115), un fin de la educación colombiana (artículo 5, ley 115) y además constituye un proyecto pedagógico transversal (artículo 14, ley 115), entonces ¿Por qué se ha demorado tanto la construcción de competencias y estándares para el área? O ¿Será que no hay personal idóneo en el Ministerio De Educación Nacional que defienda al área por su importancia en la formación integral de los educandos?; sin embargo, pese a todo esto, los lineamientos nos sirven como un marco teórico de referencia para fundamentar cualquier proyecto que se realice en el área de educación física, recreación y deporte. Siendo todo esto cierto, partamos entonces de que la educación física, para lograr una formación integral de los educandos, ha creado a través de sus tendencias, la posibilidad de que todas las personas puedan de una u otra forma acceder a ella, por medio del:

- Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física.
- Énfasis en las actividades recreativas y de tiempo libre.
- Énfasis en la psicomotricidad.
- Énfasis en la estética corporal, el mantenimiento de la forma y la salud.
- Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas.

Dependiendo todo esto del enfoque o la relación entre ellos, que quiera darle la institución o el educador a la asignatura o al área, podrá cumplir o no con las expectativas de cada persona que la practique.

Pese a toda la fundamentación teórica y legal que hay alrededor de la educación física, ésta no tiene definido aún su objeto de estudio, “que no es un tema o un problema que se identifique y se nombre, pues solo cobra existencia con base a las claridades arrojadas por el análisis de perspectivas, dimensiones o componentes, en un hacer investigativo que logre dar cuenta argumentada de condiciones y manifestaciones teóricas y



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

prácticas, objetivas y subjetivas, internas y externas, públicas y privadas, enigmas y verdades.”<sup>2</sup> Sin embargo hay diferentes propuestas entorno a esto, tal y como se muestra en el siguiente cuadro:

OBJETO DE ESTUDIO	AUTOR
El Cuerpo Y El Juego	Ommo Gruppe
El Hombre En Movimiento	José María Cajigal
Educación Por El Movimiento	Jean Le Boulch
Cultura Física	Lev Matviev, Caridad Calderón
El Movimiento Como Acción	Kart Meinel
Cultura Del Movimiento	Bart J. Cruz
Deporte	Herbert Haag Roland Maul Ommo Gruppe Voiger Ritner
Conducta Motriz, Acción Motriz	Pierre Parlebás
Experiencia Corporal	Jean Barreau Y Jean Morne

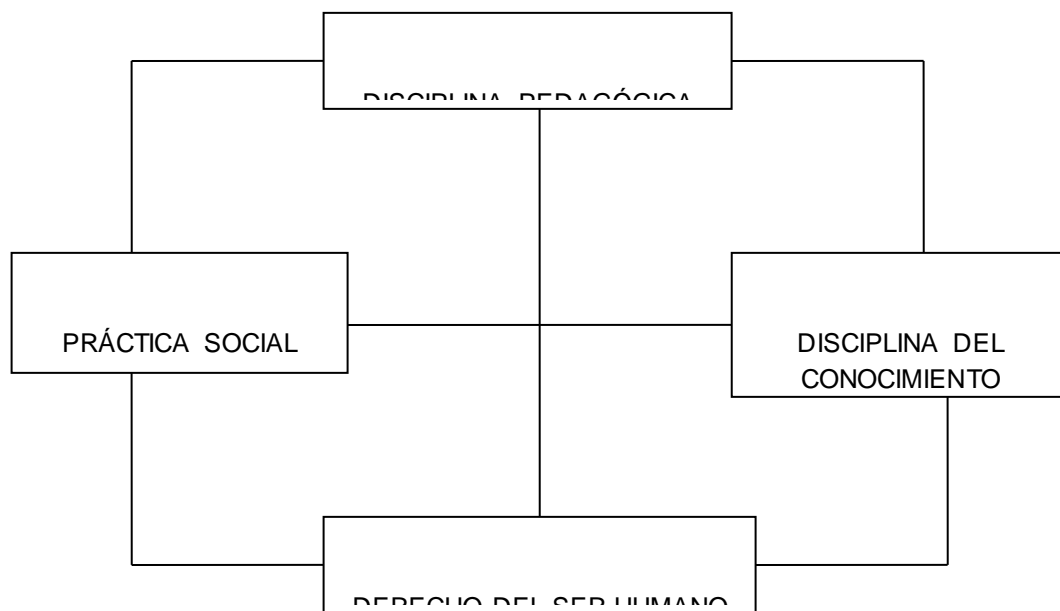
---

<sup>2</sup> PATIÑO, Conrado Enrique. ¿qué puede definir un objeto de estudio?



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Desde los lineamientos curriculares, se le ha dado una definición muy concreta y sencilla a la educación física, tratando de que cumpla con la integralidad que tiene como área fundamental del currículo, entonces la educación física es:



Además, ésta tiene unos procesos específicos de formación en los educandos, lo cual va muy ligado a las tendencias o énfasis descritos anteriormente. Esos procesos de formación son interdependientes entre sí y están encaminados a la formación de competencias en los estudiantes para su desenvolvimiento en un contexto determinado.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**PROCESOS DE FORMACIÓN**

PROCESOS	COMPONENTES	PERSPECTIVAS DE LOGRO
Desarrollo Físico Motriz	<ul style="list-style-type: none"><li>• Biológico</li><li>• Físico</li><li>• Biosíquico</li></ul>	Valoración De La Potencialidad De Sí Mismo Como Humano Y Como Especie.
Organización Del Tiempo Y El Espacio	<ul style="list-style-type: none"><li>• Construcción Personal De Tiempo Y Espacio</li><li>• Construcción Social De Tiempo Y Espacio</li></ul>	Ubicación En La Acción Inmediata Y Próxima En La Perspectiva Individual Y Colectiva
Formación Y Realización Técnica	<ul style="list-style-type: none"><li>• Técnicas Del Cuerpo</li><li>• Acciones Básicas</li><li>• Acciones Complejas</li></ul>	Apropiación Cultural Y Creación En La Multiplicidad De Prácticas De La Cultura.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Interacción Social	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hábitos</li><li>• Usos</li><li>• Valores</li></ul>	Construcción Y Proyección Personal Y Social De Una Ética.
Expresión Corporal	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lenguajes</li><li>• Emoción</li><li>• Ambientes</li><li>• Sensibilidad</li></ul>	Comunicación Y Elaboración Estética.
Recreación Lúdica	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vivencia</li><li>• Actitud</li></ul>	Reencuentro Consigo Mismo Y Con Los Demás En Ambientes Libres.

Todo lo anteriormente tratado desde los lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte, es base fundamental para la construcción de un plan de área pertinente y encaminado hacia la formación de un ser humano íntegro. Si podemos combinar dentro de la asignatura las tendencias o énfasis de la educación física y los procesos de formación del área, y tenemos muy en cuenta la definición de la educación física, haremos de ésta asignatura la más importante a tener en cuenta dentro del currículo y por lo tanto haríamos de ella una prioridad en la planeación y en la organización de todos sus componentes desde el Ministerio De Educación Nacional.





*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Después de tener muy claros los lineamientos propuestos por el Ministerio De Educación Nacional, se debe tener también muy claros los conceptos de estándares, competencias, logros e indicadores de logro, para poderlos poner en práctica adecuadamente dentro de la planeación y organización del plan de área de educación física, recreación y deporte de la Institución Educativa. Para dar cuenta sobre toda ésta fundamentación teórica, se tomará como base LA GUÍA CURRICULAR PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA (Módulo 01 referente conceptual) páginas 105 – 107.

❖ **ESTÁNDARES:**

“Son criterios claros y públicos que permiten conocer lo que deben aprender los niños y jóvenes, y establecen el punto de referencia de lo que están en capacidad de saber y saber hacer, al pasar por un conjunto de grados en cada una de las áreas y niveles. Son guía referente para las instituciones educativas y se agrupan en conjunto de grado. Por ejemplo:

- Al finalizar el quinto grado... muestro habilidad en la ejecución de los patrones básicos de movimiento con la práctica de los deportes de iniciación.”

❖ **COMPETENCIAS:**

“Son el saber en uso, es decir, saber usar los conocimientos y conceptos en un contexto determinado. Se refieren al dominio de un saber. La competencia es un área del saber humano que requiere de muchos logros, por lo tanto son formas de actuación sobre la realidad.

La formación por competencias desarrolla herramientas conceptuales, aptitudinales, actitudinales y valores.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

Se trata entonces de un conocimiento asimilado con propiedad y en el cual se actúa para ser aplicada a una situación determinada, de manera suficientemente flexible como para proporcionar soluciones variadas y pertinentes.

En conclusión, las competencias no son sinónimo de habilidad, sino que son un conjunto de capacidades para la integración de conocimientos, habilidades y actitudes socio-profesionales, que les permita a los profesionales (y estudiantes) interpretar, argumentar y proponer soluciones desde una actitud innovadora y creativa en la solución de problemas.

Ejemplo:

Al finalizar el sexto grado, los estudiantes son competentes para:

- La planeación de sesiones de clase creativas y desarrolladas para el área de educación física, con todos sus componentes y llevarlas a la práctica con educandos en los diferentes grados de la básica primaria.
- La interpretación de conceptos y textos, aplicándolos asertivamente a situaciones concretas para modificar o adaptar realidades en el qué hacer docente de la educación básica.”

❖ **LOGROS:**

“Son el nivel de cognición que ha alcanzado un estudiante en su proceso de formación. Pueden ser esperados y alcanzados. Son metas, lo que se desea potenciar en el proceso educativo.

Los logros, suelen asociarse a desempeños o actuaciones exitosas, flexibles y creativas de los educandos, y por ello pueden acercarse al ser y al saber hacer las cosas bien.”



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

### ❖ LOS INDICADORES DE LOGROS:

“Son indicios, señas, evidencias, rasgos pequeños, logros que indican o permiten observar el nivel del logro alcanzado. Los indicadores no se alcanzan y sostienen, los logros sí, por lo menos algunos. El verbo tanto en logros como en los indicadores de logros se redacta en presente y en tercera persona.

Ejemplo:

**Tema:** habilidades básicas de locomoción

**Logro:** aplica patrones básicos de movimiento de forma cotidiana en situaciones concretas.

**Indicadores de logro:**

- Camina, corre y salta con fluidez durante la práctica de los juegos de iniciación al balonmano.
- Recepciona y lanza con dirección fija una pelota, bastón u otro elemento.
- Crea actividades que involucren el trepar, rodar y el reptar.”

Después de desarrollar competencias, estándares, logros e indicadores de logro, hay que definir las estrategias de evaluación y para ello hay que tener en cuenta el decreto 0230 de 2002, ya que es ésta la que puede de una forma u otra revelar el proceso de un estudiante a lo largo de un periodo académico.

El artículo 4 del decreto 0230 de 2002, habla específicamente de la evaluación de los educandos, diciendo: “la evaluación de los educandos será continua e integral, y se hará con referencia a 4 periodos de igual duración en los que se dividirá el año escolar.

Los principales objetivos de la evaluación son:



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- a). Valorar el alcance y la obtención de logros, competencias y conocimientos por parte de los educandos;
- b). Determinar la promoción o no de los educandos en cada grado de la educación básica y media;
- c). Diseñar e implementar estrategias para apoyar a los educandos que tengan dificultades en sus estudios, y
- d). Suministrar información que contribuya a la autoevaluación académica de la institución y a la actualización permanente de su plan de estudios.”

Así mismo, en el artículo 5 de ese mismo decreto, se establece una escala valorativa que muestra el rendimiento de cada estudiante en una u otra cosa; esa escala está conformada así:

Excelente, Sobresaliente, Aceptable, Insuficiente, Deficiente. Lo que comparativamente equivale en un sistema de calificación cuantitativo a:

Excelente = 5.0

Sobresaliente = 4.0 – 4.9

Aceptable = 3.0 – 3.9

Insuficiente = 1.0 – 2.9

Siguiendo con los elementos curriculares necesarios a tener en cuenta en éste plan integral de educación física, recreación y deporte de la Institución Educativa, y para finalizar éste capítulo, se definirá entonces plan, proyecto, programa, actividad y tarea, desde nuestro quehacer docente investigativo.

❖ **PLAN:** “está constituido por un conjunto de programas” <sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> ANDER-EGG, Ezequiel y AGUILAR Ibáñez María José. Cómo elaborar un proyecto. Editorial Lumen/Humanista. Pág. 16.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Un plan de estudios, según el artículo 3 del decreto 0230 de 2002, es: “un esquema estructurado de las áreas obligatorias y fundamentales y de áreas optativas con sus respectivas asignaturas que forman parte del currículo de los establecimientos educativos y debe contener al menos los siguientes aspectos:

- a). La intención e identificación de los contenidos, temas y problemas de cada área, señalando las correspondientes actividades pedagógicas;
- b). La distribución del tiempo y las secuencias del proceso educativo, señalando en qué grado y período lectivo se ejecutarán las diferentes actividades;
- c). Los logros, competencias y conocimientos que los educandos deben alcanzar y adquirir al finalizar cada uno de los periodos del año escolar, en cada área y grado, según hayan sido definidos en el P.E.I, en el marco de las normas técnicas curriculares que expida el Ministerio De educación Nacional. Igualmente incluirá los criterios y procedimientos para evaluar el aprendizaje, el rendimiento y el desarrollo de capacidades de los educandos;
- d). El diseño general de planes especiales de apoyo para estudiantes con dificultades en su proceso de aprendizaje;
- e). La metodología aplicable a cada una de las áreas, señalando el uso del material didáctico, textos escolares, laboratorios, ayudas audiovisuales, informática educativa o cualquier otro medio que oriente o soporte la acción pedagógica;
- f). Indicadores de desempeño y metas de calidad que permitan llevar a cabo la autoevaluación institucional.”

❖ **PROYECTO:**



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHAGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

“conjunto de actividades concretas, interrelacionadas y coordinadas entre sí, que se realizan con el fin de producir determinados bienes y servicios capaces de satisfacer necesidades o resolver problemas”<sup>4</sup>

- El proyecto educativo institucional, es definido en el artículo 14 del decreto 1860 de 1994, de la siguiente manera: “expresa la forma como se ha decidido alcanzar los fines de la educación definidos por la ley, teniendo en cuenta las condiciones sociales, económicas y culturales de su medio.

Para lograr la formación integral de los educandos, debe contener por lo menos los siguientes aspectos:

1. los principios fundamentales que orientan la acción de la comunidad educativa en la institución.
2. el análisis de la situación institucional que permita la identificación de problemas y sus orígenes.
3. los objetivos generales del proyecto.
4. la estrategia pedagógica que guía las labores de formación de los educandos.
5. la organización de los planes de estudio y la definición de los criterios para la evaluación del rendimiento del educando.
6. las acciones pedagógicas relacionadas con la educación para el ejercicio de la democracia, para la educación sexual, para el uso del tiempo libre, para el aprovechamiento y conservación del ambiente y, en general, para los valores humanos.
7. el reglamento o manual de convivencia y el reglamento para docentes.
8. los órganos, funciones y forma de integración del gobierno escolar.
9. el sistema de matrículas y pensiones que incluyan la definición de los pagos que corresponda hacer a los usuarios del servicio y, en el caso de los establecimientos privados, el contrato de renovación de matrícula.

---

<sup>4</sup> ANDER-EGG, Ezequiel y AGUILAR Ibáñez María José. Cómo elaborar un proyecto. Editorial Lumen/Humanista. Pág. 16.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

10. los procedimientos para relacionarse con otras organizaciones sociales, tales como los medios de comunicación masiva, las agremiaciones, los sindicatos y las instituciones comunitarias.
11. la evaluación de los recursos humanos, físicos, económicos y tecnológicos disponibles y previstos para el futuro con el fin de realizar el proyecto.
12. las estrategias para articular la institución educativa con las expresiones culturales locales y regionales.
13. los criterios de organización administrativa y de evaluación de la gestión.
14. los programas educativos de carácter no formal e informal que ofrezca el establecimiento, en desarrollo de los objetivos generales de la institución.”

Los proyectos pedagógicos, según el artículo 36 del decreto 1860 de 1994, son: “actividades dentro del plan de estudios que de manera planificada ejercita al educando en la solución de problemas cotidianos, seleccionados por tener relación directa con el entorno social, cultural, científico y tecnológico del estudiante. Cumple la función de correlacionar, integrar y hacer activos los conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores logrados en el desarrollo de diversas áreas, así como de la experiencia acumulada. Los proyectos pedagógicos, también pondrán estar orientados al diseño y elaboración de un producto, al aprovechamiento de un material equipo, a la adquisición de dominio sobre una técnica o tecnología a la solución de un caso de la vida académica, social, política o económica y en general al desarrollo de intereses de los educandos que promuevan su espíritu investigativo y cualquier otro propósito que cumpla los fines y objetivos en el proyecto educativo institucional.”

❖ **PROGRAMA:**



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

“hace referencia a un conjunto organizado, coherente e integrado de actividades, servicios o procesos expresados en un conjunto de proyectos relacionados y coordinados entre sí y que son de similar naturaleza.”<sup>5</sup> Es decir, que un programa es un conjunto de proyectos.

❖ **ACTIVIDAD:**

“es el medio de intervención sobre la realidad, mediante la realización secuencial e integrada de diversas acciones para alcanzar las metas y objetivos específicos de un proyecto.”<sup>6</sup>

❖ **TAREA:**

“es la acción que operacionaliza una actividad con un grado máximo de concreción y especificidad. Un conjunto de tareas configura una actividad, entre las muchas que hay que realizar para concretar un proyecto.”<sup>7</sup>

A manera de conclusión, para estas últimas definiciones, se realizará un esquema en el cual se relacionan plan, programa, proyecto, actividad y tarea, para un mejor entendimiento.

---

<sup>5</sup> Ibíd., Págs. 15 -16.

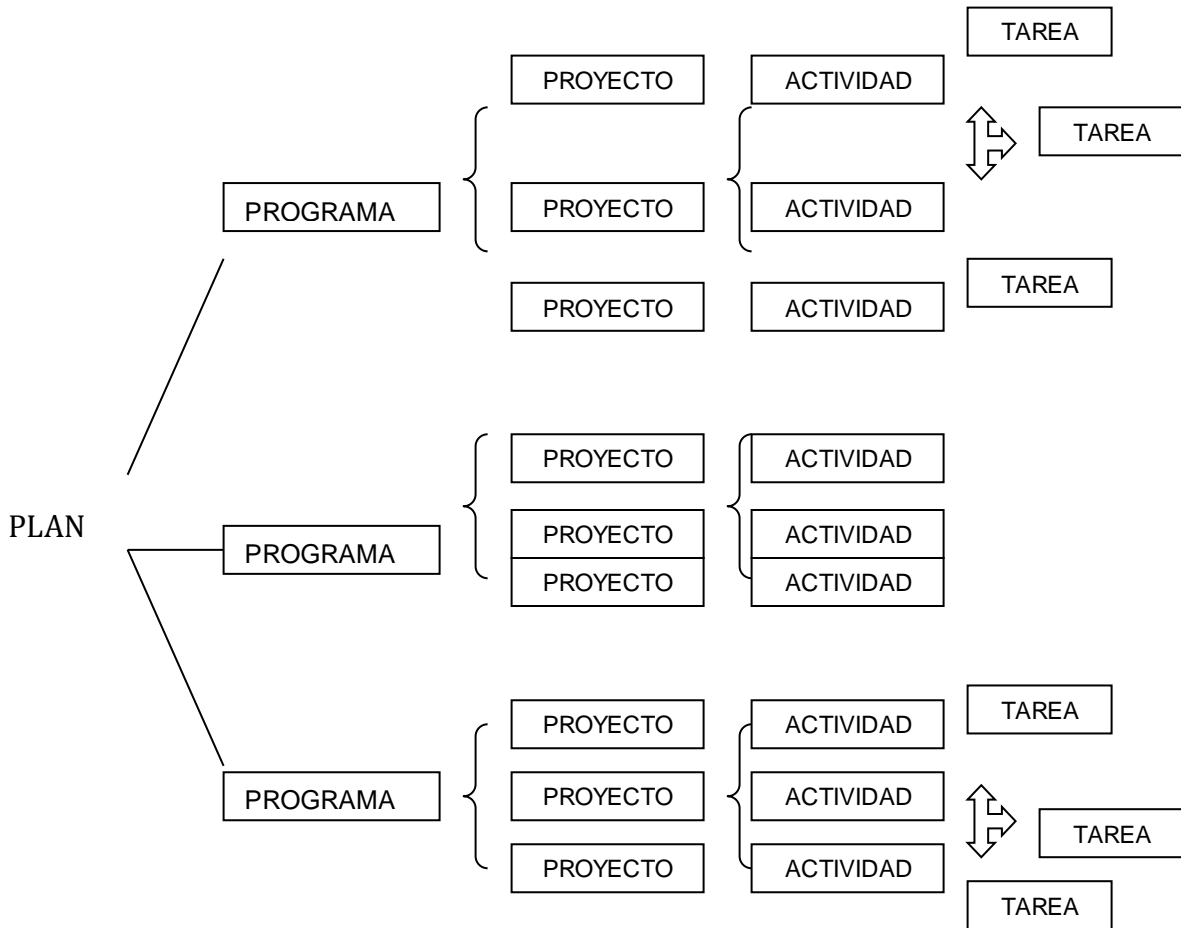
<sup>6</sup> Ibíd., Pág. 16 – 17.

<sup>7</sup> Ibíd., Pág. 17.





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **CAPÍTULO VI**

### **TIEMPOS**

Para el desarrollo de este capítulo se determinará el significado de tiempo escolar y extraescolar, tiempo libre, y ocio tiempo de.

Para comenzar, el tiempo escolar hace referencia al periodo en que los educandos se encuentran dentro de una institución educativa cumpliendo con una intensidad horaria y con unas ocupaciones académicas, en cambio el tiempo extraescolar, se determina porque es el periodo en el que el escolar no tiene ocupaciones académicas escolarizadas, es un tiempo relativamente libre de tareas escolares.

En cuanto al tiempo libre y ocio tiempo de. Waichman, Pablo, en su libro tiempo libre y recreación “un desafío pedagógico” pág. 45-46, dice que el tiempo libre, es un periodo irrepetible con comienzo y fin factible de ser medido con reloj, en el cual el individuo se siente libre; <<libre de>> y <<libre para>>.

¿Pero que define el tiempo libre?

El tiempo libre define cuatro mementos:

1. consiste en su práctica, en la sustracción para la persona de una “parte” de su tiempo al etero condicionamiento.
2. ese tiempo es sentido y sobre todo vivido libremente por él, por cuanto lo dedica de un modo afectivo a actividades realmente que generen libertad.
3. su contenido está concretamente constituido por prácticas de descanso, recreación.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

4. actividades dirigidas a compensar y a autoafirmar la personalidad tanto individual como social.

Los anteriores puntos caracterizan diferentes aspectos con respecto al tiempo libre. Así el mencionado en primer lugar se refiere al aspecto negativo del tiempo libre, mientras que el segundo a su aspecto psicológico y subjetivo, el tercero mira los aspectos objetivos, y el último, mira los aspectos positivos.

En definitiva, se puede definir el tiempo libre como aquel modo de darse el tiempo personal que es sentido como libre al dedicarlo a actividades de descanso, recreación, y creación para compensar todas aquellas cargas laborales o que generen estrés en los seres humanos.

En cambio, el ocio es una actitud, comportamiento, algo que tiene lugar durante el tiempo libre y no importa tanto lo que se haga si no, el cómo se haga, es decir, es utilizar el tiempo libre mediante una ocupación libremente elegida y realizada.

El ocio, para Dumazedier posee tres funciones principales:

1. descanso: liberación de la fatiga generada en el ámbito social por el trabajo.
2. diversión: liberación del aburrimiento y de la monotonía de la cotidianidad
3. desarrollo: de la personalidad. Liberación de los automatismos del pensamiento y de la acción cotidiana.

En definitiva, el ocio es un conjunto de actividades que se pueden ejecutar en tiempo y espacio determinado, en cambio el tiempo libre, está basado en lo temporal en el que tienen lugar esas actividades.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **CAPÍTULO VII**

### **COMPETENCIAS CIUDADANAS**

#### **LISTADO ÚNICO COMPETENCIAS CIUDADANAS**

**El listado enumerado a continuación, corresponde a la descripción de aprendizajes que los estudiantes deben alcanzar con la finalidad de desempeñarse de forma idónea en todos los espacios sociales, tal como lo presenta el ministerio de educación.**

#### **GRADOS 1 2 y 3**

##### **RESPECTO Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS:**

1. Identifica las situaciones de maltrato en su contexto cercano (amigos, aula, hogar) y las personas a las que puede acudir para pedir ayuda y protección.
2. Comprende que sus acciones pueden afectar a las personas cercanas, al igual que las acciones de los demás lo pueden afectar a él o ella.
3. Reconoce que como niño tiene derecho a recibir un buen trato, cuidado y amor.
4. Muestra preocupación porque los animales, las plantas y otros recursos de su medio ambiente no sean maltratados y reciban el cuidado que necesitan.

##### **CONVIVENCIA Y PAZ**

1. Comprende la importancia de algunos valores básicos para la convivencia como la solidaridad, el respeto por sí mismo y por el otro y lo pone en práctica en su contexto cercano.



**REPUBLICA DE COLOMBIA**  
**MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL**  
**MUNICIPIO DE NECOCLI**  
**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS**  
**DANE 205490000900 NIT 811043626-7**

2. Expresa sus sentimientos y emociones de distintas maneras y a través de distintos lenguajes (gestos, narraciones verbales, dibujos etc.)
3. Conoce y emplea estrategias sencillas de resolución pacífica de conflictos.
4. Conoce las señales y las normas de tránsito para su desplazamiento cotidiano con seguridad y las reconoce como necesarias para la supervivencia.

**PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA:**

1. Participa en su contexto cercano, en la construcción de acuerdos básicos sobre normas para la consecución de metas en común y las cumple.
2. Comprende que es un acuerdo y una norma, y el sentido de las acciones reparadoras cuando estos se incumplen.
3. Expresa sus ideas, sentimientos e intereses en el aula y escucha respetuosamente los de sus compañeros

**PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS**

1. Identifica y respeta las diferencias y semejanzas entre él/ella y los demás y rechaza situaciones de exclusión o discriminación en su familia, entre sus amigos y en su aula.
2. Valora positivamente las semejanzas y diferencias con sus compañeros y familiares

**GRADOS CUARTO Y QUINTO**

**RESPECTO Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS:**



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

1. Identifica situaciones en las que se vulneran los derechos de los niños/as y contribuye con su protección y promoción en el medio escolar y familiar.
2. Conoce los derechos fundamentales de los niños, incluyendo el derecho a no ser separados de ella, al cuidado y al amor, a la libre expresión de su opinión, a la salud, a la educación, a la recreación y a la alimentación equilibrada.
3. Contribuye al cuidado de los animales y al medio ambiente en su entorno cercano.

## **CONVIVENCIA Y PAZ**

1. Asume de maneras pacíficas y constructivas los conflictos cotidianos con amigos y otras personas de su entorno escolar.
2. Conoce la diferencia entre conflicto y agresión y comprende que lo que puede afectar las relaciones no son los conflictos si no resolverlos con agresión.
3. Utiliza mecanismos para disminuir la intensidad de su rabia (por ejemplo alejarse temporalmente de la situación o respirar profundo) en situaciones de conflicto con sus amigos, compañeros o familiares.
4. Comprende que puede actuar asertivamente ( es decir, sin agresión, pero enfática y efectivamente) para frenar situaciones de abuso en las que amigos o compañeros, amenazan, intimidan o agraden repetidamente a algún compañero indefenso

## **PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA**

1. Participa constructivamente en procesos democráticos en el aula y en el medio escolar.
2. Expresa asertivamente (es decir sin agresión, pero enfática y efectivamente) sus puntos de vista y sus intereses durante las discusiones grupales.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

3. Coopera y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en quipo de manera constructiva.

### **PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:**

1. Reconoce y rechaza las situaciones de exclusión o discriminación en el medio escolar.
2. Identifica algunas formas de discriminación (cultural, de género, religiosa, étnica, social, económica etc.), presentes en su medio escolar y colabora con sus docentes y compañeros en acciones para evitarlas.
3. Expresa empatía frente a personas excluidas o discriminadas.

### **GRADOS SEXTO Y SÉPTIMO**

#### **RESPECTO Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS**

1. Identifica y rechaza las situaciones en que se vulneran los derechos fundamentales de las personas en su medio escolar y comunitario.
2. Identifica las consecuencias que sus acciones pueden tener sobre los derechos y las libertades de las personas en su medio escolar o en su comunidad.
3. Propende por el derecho a la vida de los seres humanos frente a riesgos como ignorar señales de tránsito, conducir un vehículo habiendo consumido alcohol, conducir a alta velocidad o portar armas de fuego.
4. Reconoce que los seres vivos y el medio ambiente en general, representan un recurso único e irrepetible que merece respeto y consideración.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **CONVIVENCIA Y PAZ**

1. Contribuye constructivamente a la convivencia en su medio escolar y su comunidad
2. Reconoce en el conflicto una oportunidad para el aprendizaje y el fortalecimiento de las relaciones.
3. Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio público como un patrimonio de todos y para todos.

## **PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA:**

1. Hace uso de formas y mecanismos de participación democrática en su medio escolar y conoce algunas formas de organización y participación a nivel comunitario.
2. Analiza críticamente el manual de convivencia y las normas de su medio escolar, las cumple voluntariamente y participa pacíficamente en su transformación cuando las considera injustas.
3. Comprende que el disenso y la discusión constructiva pueden contribuir al progreso individual y colectivo.

## **PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:**

1. Identifica y rechaza las diversas formas de discriminación en su medio escolar y en su comunidad y analiza críticamente las razones que pueden favorecer estas discriminaciones
2. Analiza críticamente sus pensamientos y acciones cuando está involucrado en situaciones de discriminación, ya sea contribuyendo directamente a la discriminación o no haciendo lo posible por impedirla.
3. Reconoce el cuidado especial que deben recibir los niños, adultos de la tercera edad y personas con discapacidades, tanto en espacios privados como en espacios públicos.





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **GRADOS OCTAVO Y NOVENO**

### **RESPECTO Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS:**

1. Comprende, valora y defiende los derechos civiles y políticos (al buen nombre, al debido proceso, re asociación, a elegir, ser elegido, a pedir asilo, al trato justo etc.)
2. Analiza sus prácticas cotidianas, identificando como sus acciones u omisiones pueden contribuir a que se respeten o vulneren los derechos civiles o políticos por ejemplo en el funcionamiento del gobierno escolar.

### **CONVIVENCIA Y PAZ**

1. Construye relaciones pacíficas en su vida cotidiana y contribuye a la convivencia en su comunidad o municipio.
2. Identifica y supera emociones complejas como el resentimiento y el odio para poder perdonar y reconciliarse con amigos, pareja, familiares u otras personas con quienes haya tenido conflicto.
3. Utiliza mecanismos constructivos para encauzar su rabia, para poder enfrentar mejor sus conflictos.
4. Argumenta y debate respetuosamente sobre dilemas de la vida cotidiana en las que los distintos valores pueden estar en conflicto, reconociendo los mejores argumentos aun cuando sean distintos a los propios.

### **PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA**



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

1. Participa y/o lidera iniciativas democráticas en su medio escolar o comunidad con criterios de justicia, solidaridad y equidad.
2. Analiza críticamente sus propios niveles de participación en el medio escolar y en su comunidad y sus ideas al respecto.

#### **PLURALIDAD, IDENTIDAD, Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:**

1. Rechaza las distintas situaciones de discriminación y exclusión social en el país y comprende sus posibles causas y las consecuencias negativas para la sociedad.
2. Comprende que la orientación sexual hace parte del libre desarrollo de la personalidad y rechaza cualquier discriminación por orientación sexual.
3. Analiza sus propias prácticas cotidianas, identificando como sus acciones u omisiones pueden contribuir a la discriminación de personas o grupos.
4. Argumenta y debate respetuosamente sobre dilemas de la vida cotidiana relacionados con problemas de exclusión y discriminación, reconociendo los mejores argumentos, aun cuando sean distintos a los propios.

#### **GRADOS DÉCIMO Y ONCE**

#### **RESPECTO Y DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS:**



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

1. Analiza críticamente la situación de derechos humanos en Colombia y en el mundo y propone alternativas de acción para su promoción y defensa.
2. Expresa empatía (sentimientos parecidos o compatibles con los de los otros), ante grupos o personas cuyos derechos han sido vulnerados (por ejemplo, personas en situación de desplazamiento) y plantea alternativas solidarias frente a este tipo de situaciones.
3. Comprende la importancia de la defensa del medio ambiente tanto a nivel local como a nivel global y participa en iniciativas a su favor.

**CONVIVENCIA Y PAZ:**

1. Participa constructivamente en iniciativas o proyectos a favor de la no violencia a nivel local o global.
2. Contribuye a que los diferentes tipos de conflictos entre personas entre personas y entre grupos se manejen de maneras pacíficas y constructivas mediante la aplicación de estrategias basadas en el diálogo y la negociación.
3. Manifiesta indignación (rechazo, dolor, rabia) de manera no violenta, ante el sufrimiento de todas las partes involucradas en confrontaciones violentas entre grupos o naciones.
4. Identifica dilemas de la vida cotidiana en los que entra en conflicto el bien general y el bien particular y analiza posibles opciones de solución, considerando los aspectos positivos y negativos de cada opción.
5. Conoce y respeta las normas de tránsito.

**PARTICIPACIÓN Y RESPONSABILIDAD DEMOCRÁTICA.**

1. Analiza críticamente el sentido de las leyes, comprende la importancia de cumplirlas a pesar de no compartirlas y sabe que puede hacer uso de mecanismos constitucionales para transformarlas cuando las considera injustas.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

2. Comprende qué es un bien público y participa en acciones que velan por su buen uso tanto en la institución escolar como en su comunidad y municipio.
3. Participa en iniciativas políticas democráticas en su medio escolar o localidad.
4. Participa en manifestaciones pacíficas de rechazo y/o solidaridad ante las situaciones de desventaja, que viven personas de su región o del país.

**PLURALIDAD, IDENTIDAD Y VALORACIÓN DE LAS DIFERENCIAS:**

1. Expresa su rechazo ante toda forma de discriminación o exclusión social y hace uso de los mecanismos democráticos para la superación de la discriminación y el respeto a la diversidad.
2. Identifica dilemas de la vida cotidiana en los que los valores de distintas culturas o grupos sociales pueden entrar en conflicto y analiza posibles opciones de solución, considerando los aspectos positivos y negativos de cada opción.
3. Comprende que la orientación sexual hace parte del libre desarrollo de la personalidad y rechaza cualquier discriminación, por orientación sexual.
4. Analiza sus propias prácticas cotidianas, identificando cómo sus acciones y omisiones pueden contribuir a la discriminación de personas o grupos.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

#### **IV. DIAGNÓSTICO DEL ÁREA**

El área de educación física, recreación y deporte de cualquier la institución educativa debe contar con un gran espacio para la realización de las clases ya que dentro de la institución hay dos placas polideportivas, de las cuales ojalá se encuentre techada tipo coliseo; las cuales, pueden ser utilizadas por la institución educativa como escenario deportivo para la realización de sus clases, eventos y competencias, cuando éstas se encuentran desocupadas, ya que en la cancha de fútbol entrenan diferentes escuelas de fútbol particulares.

A pesar de que la institución cuenta con espacio suficiente, con profesores, la institución debe contar con muy buen material, suficiente para que trabajen más de 40 personas al tiempo, gracias a la labor y gestión de los profesores de planta.

Falta realmente mucho más apoyo a la educación física como asignatura y eso se ve reflejado también en los estudiantes quienes piensan que la clase de educación física es aquella en la que se llega a solicitar balones para jugar lo que quieran y si se llega a dar juegos o actividades que pretenden el cumplimiento de normas, a ellos no les gusta.

#### **CONJUNTO DE GRADOS 1, 2 Y 3 DE LA BÁSICA PRIMARIA.**

##### **Objetivos generales:**

- ♦ La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- ♦ El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.
- ♦ La formación para la participación infantil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- ♦ El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.

GRADO:	1° , 2° , 3°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	UNO
EJE CURRICULAR:					
• ESQUEMA CORPORAL					
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:					
<ul style="list-style-type: none"><li>Al finalizar el tercer grado:</li><li>Muestro sin equivocación todas las partes del cuerpo humano que se me indiquen en mí mismo y en mis compañeros.</li><li>Corro y me desplazo a la derecha o izquierda a partir de una señal u orden dada.</li><li>Corro, salto y me detengo sin caerme.</li></ul>					
COMPETENCIAS:					
FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL					
<ul style="list-style-type: none"><li>- Desarrollar habilidades y conductas motrices básicas.</li><li>-Desarrollar capacidades y destrezas coordinativas.</li></ul>					
PROBLEMA					
¿Qué factores de salud, crecimiento y desarrollo, debo tener en cuenta para la práctica de la educación física, la recreación y el deporte?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
<ul style="list-style-type: none"><li>CONOCIMIENTO DEL PROPIO CUERPO: identificación, localización y diferenciación de las partes.</li><li>CONTROL DE LAS PARTES DEL CUERPO: independencia global y</li></ul>	<p>Realizar actividades lúdicas y de competencia, acordes para la edad de identificación, localización y diferenciación de las diferentes partes del cuerpo.</p> <p>Desarrollar actividades de reconocimiento de la imagen corporal, que permitan que el estudiante reflexione sobre su cuerpo físico, su manera de pensar, actuar, expresar y relacionarse, de tal forma que se ame y se acepte exactamente tal y como es.</p> <p>Utilizar tanto el lado derecho como el izquierdo en actividades motrices que permitan la diferenciación de estos dos lados del cuerpo.</p> <p>Implementar durante el calentamiento y la vuelta a la calma, actividades de tensión, relajación y</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>Establecer relaciones entre los compañeros del grupo con el fin de facilitar la ejecución de actividades en equipo, para propiciar así el conocimiento de las diferentes partes del cuerpo y de la lateralidad en los otros.</li><li>Reconocerme y reconocer en el otro un ser humano único que posee diferentes formas de pensar, actuar, relacionarse y de expresar, con derechos y deberes.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoce el propio cuerpo, identificando, localizando y diferenciando las diferentes partes que lo componen</li><li>Ama, valora y respeta su cuerpo y el de los demás.</li><li>Realiza procesos de tensión y relajación mejorando el tono muscular en diferentes posiciones.</li><li>Diferencia el lado</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Representa parte fina y gruesa del cuerpo humano.</li><li>Se ubica en el tiempo y en el espacio.</li><li>Responde a estímulos visuales y verbales.</li><li>Sigue instrucciones verbales complejas</li></ul>	



**REPUBLICA DE COLOMBIA**  
**MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL**  
**MUNICIPIO DE NECOCLI**  
**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS**  
**DANE 205490000900 NIT 811043626-7**

segmentaria, tensión y relajación. ♦ <b>IMAGEN CORPORAL:</b> ¿Quién y cómo soy? ♦ <b>EDUCACIÓN RESPIRATORIA.</b> ♦ <b>LATERALIDAD. HÁBITOS DE HIGIENE.</b>	de respiración, para generar así conciencia de los diferentes momentos de la clase y de los diferentes segmentos corporales.  Permitir a través de la práctica de la educación física, la recreación y el deporte sensibilizar al estudiante frente al cuidado de su cuerpo por medio de los hábitos de higiene, mediante la implementación de pequeñas representaciones o de la lectura de cuentos.	♦ Amar, valorar y respetar mi cuerpo y el de los demás. Motivar al estudiante para que disfrute de las actividades propuestas para la clase y a la vez eso facilite su aprendizaje frente a su esquema corporal, teniendo en cuenta la edad.	derecho del izquierdo, en sí mismo, en sus compañeros y lo aplica en diferentes situaciones motrices. ♦ Controla la respiración en un momento dado. Utiliza una vestimenta apropiada para la práctica de la educación física, la recreación y el deporte como hábito de higiene básico.	
--	--	---	---	--

PLAN DE APOYO DEL PERIODO: UNO			
	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que entra	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.  Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.  Desarrollo del	Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.  Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo. Cada equipo	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	proyecto de aula	colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.	
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.

GRADO:	1°, 2°, 3°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	DOS
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
♦ <b>EQUILIBRIO</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
♦ -Al finalizar el tercer grado: ♦ -Muestro habilidad en la ejecución de movimientos gimnásticos, modificando la base de sustentación y el centro de gravedad.					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
♦ <b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> ➤ Fortalecer las capacidades perceptivo y socio motrices. ➤ -Desarrollar habilidades gimnásticas básicas.					
<b>PROBLEMA</b>					
¿Cómo la gimnasia me permite mejorar el equilibrio?					
<b>CONTENIDOS</b>			<b>COMPETENCIAS</b>	<b>INDICADORES DE</b>	





**REPUBLICA DE COLOMBIA**  
**MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL**  
**MUNICIPIO DE NECOLÍ**  
**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS**  
**DANE 205490000900 NIT 811043626-7**

Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	PARA EL PERIODO	DESEMPEÑO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• iniciación a la gimnasia: volteo adelante superando obstáculos, volteo atrás, el arco, parada de manos, rueda lateral (vuelta estrella), formaciones de acrosport.</li> <li>• roles</li> <li>• posiciones invertidas</li> </ul>	<p>-Desarrollar un proceso metodológico para la enseñanza y aprendizaje de actividades como: el volteo adelante, el volteo atrás, posiciones invertidas, tratando de corregir al máximo la buena realización de estos movimientos y evitar así accidentes.</p> <p>-Implementar competencias por equipos, realizando circuitos en los cuales el estudiante aplique los volteos en diferentes situaciones motrices.</p> <p>-Realizar actividades de contacto y que desestabilizan la base de sustentación tales como la pelea de gallos, empujar al compañero y no dejarse tumbar, hombro con hombro, espalda con espalda.</p> <p>-Llevar imágenes sobre formaciones de acrosport acordes para la edad y que las imiten, siempre teniendo en cuenta la seguridad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Destacar la importancia de la disciplina y la perseverancia en la ejecución de actividades gimnásticas.</li> <li>♦ Resaltar la importancia de la ayuda y colaboración mutua en la ejecución de las actividades gimnásticas.</li> <li>♦ Fortalecer la comunicación y el trabajo en equipo. Enfatizar en la importancia de la organización en el trabajo para prevenir accidentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Realiza una adecuada regulación postural, variando los puntos de apoyo.</li> <li>♦ Detiene su cuerpo después de estar en movimiento y mantiene la posición sin perder el equilibrio.</li> <li>♦ Experimenta cambios en la posición de su cuerpo al realizar volteos, giros y posiciones invertidas. Participa en actividades que desestabilizan la base de sustentación, logrando cumplir con las actividades propuestas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprende y resuelve situaciones sencillas.</li> <li>• Tiene capacidad para construir y mantener amistades.</li> <li>• Reconoce e interpreta algunas señales de peligro.</li> </ul>

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: DOS**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACIÓN</b>	<p>La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.</p>	<p>Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.</p>	En todas las clases.

<b>GRADO:</b>	<b>1°, 2°, 3°</b>	<b>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL</b>	<b>2 HORAS</b>	<b>PERIODO</b>	<b>TRES</b>
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
• <b>COORDINACIÓN</b>					



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:				
<b>Al finalizar el tercer grado:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Muestro habilidad en actividades pre deportivo para el atletismo.</li> <li>Muestro habilidad en actividades pre deportivo para el microfútbol.</li> <li>Muestro habilidad en actividades pre deportivas para el baloncesto</li> </ul>				
COMPETENCIAS:				
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> - Mejorar niveles de coordinación, equilibrio en la ejecución de movimientos.				
PROBLEMA				
¿De qué manera puedo fortalecer mi coordinación?				
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
<ul style="list-style-type: none"> <li>COORDINACIÓN GRUESA: pre deportivos atletismo.</li> <li>COORDINACIÓN FINA: patrones de manipulación.</li> <li>COORDINACIÓN VISOMOTORA: pre deportivos microfútbol, baloncesto.</li> </ul>	<p>Desarrollar clases en las cuales se empleen actividades y juegos pre deportivo para la edad, ya que en ellos se involucran todos los tipos de coordinación, incluyendo además el trabajo socio motriz.</p> <p>Emplear en las actividades desarrolladas para las clases, el trabajo con pequeños elementos tales como cuerdas, bastones, pelotas, aros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valorar el juego pre deportivo como elemento importante en la adquisición y mejoramiento tanto de la coordinación como de todas las habilidades de comunicación en el trabajo en equipo.</li> <li>Respetar y participar en cada una de las actividades propuestas para la clase, al igual que respetar las normas establecidas y el espacio de mi compañero.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza en forma coordinada actividades atléticas.</li> <li>Desarrolla su coordinación viso motriz al realizar actividades pre deportivas para el microfútbol y el baloncesto.</li> <li>Manipula de manera armónica para la edad pequeños elementos tales como aros, cuerdas, pelotas y bastones.</li> </ul> <p>Demuestra interés en la realización de actividades que fortalecen la capacidad coordinativa</p>	<p>Reconoce la ubicación en el espacio de izquierda y derecha.</p> <p>-Toma un punto de referencia para ubicar objetos encima o debajo.</p> <p>-Reconoce objetos entre, detrás o delante, tomando un punto de referencia.</p> <p>-Identifica la ubicación de un objeto dentro del espacio</p>



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

PLAN DE APOYO DEL PERIODO: TRES			
	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOLÍ  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

--	--	--	--

GRADO:	1°, 2°, 3°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	CUATRO
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
• <b>CONDUCTAS PERCEPTIVO MOTRICES O TEMPORO ESPACIALES</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
Al finalizar el grado: <ul style="list-style-type: none"> <li>Muestro habilidad en desplazarme a diferentes velocidades y direcciones, con o sin implementos.</li> <li>Reacciono rápidamente ante un estímulo sensorial.</li> <li>Ubico rápidamente y sin dudar elementos en el espacio.</li> <li>Me expreso rítmicamente a través del baile.</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b>					
• Afianzo y refuerzo habilidades y destrezas básicas de locomoción y de manipulación de elementos					
<b>PROBLEMA</b>					
¿A través de qué actividades puede adquirirse el dominio del espacio temporal?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
<ul style="list-style-type: none"> <li>PERCEPCIONES: visuales, táctiles y auditivas.</li> <li>NOCIONES ESPACIO TEMPORALES: percepción de distancia, manejo de direcciones, percepción de duración,</li> </ul>	Realizar rondas que involucren el manejo de direcciones (arriba, abajo, adelante, atrás, derecha, izquierda), durante la ejecución del calentamiento.  Realizar actividades de relevos, de velocidad de reacción, competencias individuales y grupales.  Implementar juegos	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprender la importancia de algunos valores básicos para la convivencia como la solidaridad, el respeto por sí mismo y por el otro y lo pone en práctica en su contexto cercano.</li> <li>Participar en su contexto cercano, en la construcción de acuerdos básicos sobre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Asocia ritmos musicales y movimientos corporales.</li> <li>Maneja direcciones espaciales básicas como arriba, abajo, derecha e izquierda,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Establece relaciones de tiempo entre actividades y sucesos según el momento en que se realiza.</li> <li>Es tolerante y solidario con los compañeros.</li> <li>Comprende y</li> </ul>	



**REPUBLICA DE COLOMBIA**  
**MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL**  
**MUNICIPIO DE NECOCLI**  
**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS**  
**DANE 205490000900 NIT 811043626-7**

expresiones rítmicas, velocidad. <b>JUEGOS DE MESA:</b> rompecabezas, loterías, dominó	como “el semáforo”, juegos que involucren desplazamientos en zig- zag y en otras direcciones.  Permitir la exploración rítmica a través del baile espontáneo y dirigido de algunas canciones folclóricas y de moda.  Destinar algunas clases para armar rompecabezas del cuerpo humano o de figuras geométricas.	normas para la consecución de metas en común y las cumple. ♦ Identificar y respetar las diferencias y semejanzas entre él/ella y los demás y rechaza situaciones de exclusión o discriminación para el trabajo en equipo. ♦ Favorecer la socialización e integración de los estudiantes a través del baile.	adelante y atrás. ♦ Se ubica correctamente en un campo de juego según las necesidades del contexto. Participa activamente de las actividades propuestas en la clase de educación física, recreación y deporte.	emplea expresión como encima-debajo- delante-detrás, izquierda- derecha, dentro- fuera... para referirse a la ubicación de un objeto
---	--	--	---	---

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: CUATRO**

	<b>CRITERIO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.  Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.	Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.  Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	Desarrollo del proyecto de aula	integrante del equipo. Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.	
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.

**CONJUNTO DE GRADOS 4 y 5 DE LA BÁSICA**

**PRIMARIA**

**6 y 7 DE LA BÁSICA SECUNDARIA**

**Objetivos generales:**



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- ♦ La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.
- ♦ El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.
- ♦ La formación para la utilización adecuada del tiempo libre.
- ♦ El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.

GRADO:	4°, 5°, 6°, 7°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	UNO
EJE CURRICULAR:					
• CAPACIDADES FÍSICAS					
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:					
Al finalizar el séptimo grado: <ul style="list-style-type: none"><li>• Diferencio las capacidades físicas condicionales y coordinativas.</li><li>• Identifico y realizo ejercicios para desarrollar las capacidades condicionales.</li><li>• Coordino diferentes movimientos corporales con la visión y el espacio.</li></ul>					
COMPETENCIAS:					





REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL				
<ul style="list-style-type: none"> <li>Afianzo y refuerzo habilidades y destrezas básicas de locomoción y de manipulación de elementos</li> <li>Vivencia juegos y actividades para la iniciación de algunos deportes.</li> <li>Practico hábitos saludables a través de una alimentación balanceada.</li> </ul>				
PROBLEMA				
¿Cuáles son las capacidades físicas y cómo puedo desarrollarlas?				
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
<ul style="list-style-type: none"> <li>CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad (flexión, extensión, aducción, abducción).</li> <li>CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS : equilibrio estático y dinámico, coordinación viso motora (juegos recreativos o de la calle: trompo, perinola, catapiz, yoyo, golosa)</li> </ul>	<p>Realizar actividades para desarrollar las capacidades físicas condicionales y coordinativas.</p> <p>Establecer espacios para la práctica de los diferentes juegos recreativos o de la calle.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</li> <li>Coopera y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera constructiva.</li> <li>Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Demuestra habilidad en la realización de actividades viso motoras.</li> <li>Reconoce y realiza los diferentes movimientos articulares.</li> <li>Demuestra interés en la realización de los juegos recreativos o de la calle y conoce su historia.</li> <li>Desarrolla la fuerza, la velocidad, la resistencia y la flexibilidad a través de ejercicios acordes para la edad.</li> </ul>	<p>Representa, nombra, señala y conoce el uso de las partes finas y gruesas del cuerpo humano.</p> <p>-Realiza las actividades en el tiempo requerido (inicia-desarrolla-termina.)</p> <p>-Sigue instrucciones verbales complejas.</p> <p>-Comprende y resuelve problemas sencillos a nivel verbal.</p>

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: UNO**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
--	----------	---------------	------------



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOLÍ  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

GRADO:	4°, 5°, 6°, 7°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	DOS
EJE CURRICULAR:					
♦ DEPORTES INDIVIDUALES					
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:					
Al finalizar el séptimo grado:					
<ul style="list-style-type: none"><li>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes individuales.</li><li>Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas individuales en mi tiempo libre.</li></ul>					
COMPETENCIAS:					
FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL					
-Comprende la importancia del desarrollo físico y lo aplicarlo en mi vida cotidiana.					
-Desarrollo las capacidades físicas en un contexto de respeto y cooperación con mis compañeros					
PROBLEMA					
¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes individuales en la utilización adecuada de mi tiempo libre?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
<ul style="list-style-type: none"><li>ATLETISMO: Reseña histórica, Carrera de 100 metros, Carrera de relevos 4x100 metros, Salto de longitud, Salto triple.</li><li>GIMNASIA: Reseña histórica, destrezas básicas (volteo adelante, volteo atrás, arco, vela, rueda lateral, parada de manos, parada de cabeza), Cuerda (Salto básico adelante y atrás, Salto alternado sencillo y doble, Doble cuerda)</li></ul>	<p>Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña histórica y las principales reglas de los deportes individuales a trabajar durante el periodo.</p> <p>Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.</p>	<p>Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</p> <p>-Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</p> <p>-Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoce la historia del atletismo, la gimnasia y el ajedrez.</li><li>Aplica los fundamentos técnicos del atletismo, la gimnasia y el ajedrez en diferentes situaciones de juego.</li></ul> <p>Se interesa por las actividades deportivas relacionadas con el atletismo, la gimnasia y el ajedrez.</p>	<p>Diferencia las nociones temporales del tiempo pasado, presente, futuro, mañana, tarde y noche.</p> <p>-Vence la timidez, el susto, el miedo por las actividades de integración, con el fin de obtener un ambiente de confianza con el docente y con los compañeros de curso.</p> <p>-Desarrolla de manera creativa actividades lúdicas en grupo, asumiendo roles y</p>	



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

♦ AJEDREZ: El tablero y las fichas, movimiento de las fichas, situaciones de juego.		normas de prevención de riesgos.		responsabilidades en las prácticas recreativas.
--	--	----------------------------------	--	---

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: DOS**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.
-----------------------	---	---	----------------------

<b>GRADO:</b>	4°, 5°, 6°, 7°	<b>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL</b>	2 HORAS	<b>PERIODO</b>	TRES
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
♦ <b>DEPORTES DE CONJUNTO</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el séptimo grado:</b>					
♦ Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes de conjunto. Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas de conjunto en mi tiempo libre					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b>					
-Comprendo conceptos como calentamiento y capacidades físico motrices y las practico en cada actividad física que se realiza.					
-Desarrollo y fortalezco habilidades motrices básicas y específicas.					
<b>PROBLEMA</b>					
¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes de conjunto en la utilización adecuada de mi tiempo libre?					
<b>CONTENIDOS</b>			<b>COMPETENCIAS PARA EL PERIODO</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
♦ <b>BALONCESTO:</b> Reseña histórica, fundamentos técnicos, faltas y amonestaciones,	Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña	♦ Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.	♦ Conoce la historia del baloncesto y voleibol. ♦ Aplica los	♦ Controla a voluntad, diversidad de movimientos que	



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOLÍ  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

ubicación en el terreno de juego, situaciones de juego.  ♦ <b>VOLEIBOL:</b> Reseña histórica, fundamentos técnicos, faltas y amonestaciones, ubicación en el terreno de juego, situaciones de juego.	histórica y las principales reglas de los deportes de conjunto a trabajar durante el periodo.  Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.	♦ Cooperar y demostrar solidaridad con sus compañeros y trabajar en equipo de manera constructiva. ♦ Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos. ♦ Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano.	fundamentos técnicos del baloncesto y voleibol en diferentes situaciones de juego. ♦ Se interesa por las actividades deportivas relacionadas con el baloncesto y el voleibol	impliquen la coordinación motriz fina. ♦ Vivencia las diferentes posibilidades de movimientos segmentarios a través de rondas y juegos modificados. ♦ Disfruta del juego sin inhibiciones y con la presencia de sus compañeros
---	---	---	---	--

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: TRES**

	<b>CRITERIO</b>	<b>PROCEDIMIENTO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de	Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.  Se elabora una lista de chequeo con los aspectos	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	<p>acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	
<b>PROFUNDIZACION</b>	<p>La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.</p>	<p>Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.</p>	<p>En todas las clases.</p>

GRADO:	4°, 5°, 6°, 7°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	CUATRO
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
♦ <b>DEPORTES DE CONJUNTO II</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
Al finalizar el séptimo grado: <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes de conjunto.</li> <li>Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas de conjunto en mi tiempo libre.</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS:</b>					



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL**

-Coordina patrones básicos de locomoción, manipulación y equilibrio.

- Aplico fundamentos técnicos básicos de deportes colectivos y me relaciono adecuadamente a través de estos.

**PROBLEMA**

¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes de conjunto en la utilización adecuada de mi tiempo libre?

CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
<ul style="list-style-type: none"><li>♦ FÚTBOL: Reseña histórica, fundamentos técnicos, faltas y amonestaciones, ubicación en el terreno de juego, situaciones de juego.</li><li>♦ MICROFÚTBOL: Reseña histórica, fundamentos técnicos, faltas y amonestaciones, ubicación en el terreno de juego, situaciones de juego.</li></ul>	<p>Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña histórica y las principales reglas de los deportes de conjunto a trabajar durante el periodo.</p> <p>Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</li><li>♦ Cooperar y demostrar solidaridad con sus compañeros y trabajar en equipo de manera constructiva.</li><li>♦ Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</li><li>♦ Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Conoce la historia del fútbol y el microfútbol.</li><li>♦ Aplica los fundamentos técnicos del fútbol y el microfútbol en diferentes situaciones de juego. Se interesa por las actividades deportivas relacionadas con el fútbol y el microfútbol</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica el lado derecho, el izquierdo en sí mismo y en los demás, por medio de la visión y del tacto.</li><li>• Reconoce por medio de juegos de roles y pre deportivos el lado corporal dominante.</li><li>• Conserva una conducta correcta al momento de ejecutar actividades relacionadas con la vida diaria.</li></ul>

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: CUATRO**





REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **CONJUNTO DE GRADO 8 Y 9 DE LA BÁSICA SECUNDARIA**

### **Objetivos generales:**

- ♦ La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.
- ♦ La participación y la organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- ♦ El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

GRADO:	8°, 9°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	UNO
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
♦ ACONDICIONAMIENTO FÍSICO					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el noveno grado:</b> ♦ Identifico y realizo ejercicios que me sirven para acondicionar mi cuerpo partiendo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> . Realizo de manera sistemática ejercicios físicos para contribuir a mi desarrollo físico y mental y adquiero elementos teóricos que me permiten una mayor comprensión de los mismos.					
<b>PROBLEMA</b>					
¿De qué manera puedo acondicionar mi cuerpo para sentirme mejor?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
♦ CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad. ♦ CAPACIDADES FÍSICAS COORDINATIVAS: diferenciación, anticipación, ritmo, agilidad.	Realizar actividades para mantener y mejorar las capacidades físicas condicionales y coordinativas	♦ Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física. ♦ Cooperar y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera	♦ Realiza ejercicios que le permiten mantener y mejorar la fuerza, la velocidad, la resistencia y la flexibilidad. ♦ Realiza ejercicios que le permiten mantener y mejorar las capacidades físicas coordinativas. ♦ Identifica ejercicios que le permiten mantener y mejorar la fuerza, la	• Conoce y práctica la independencia segmentaria respecto al eje corporal, por medio de formas jugadas.	



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

		constructiva. ♦ Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.	velocidad, la resistencia y la flexibilidad. ♦ Conoce los diferentes ejercicios que le permiten mantener y mejorar las capacidades físicas. ♦ Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física, que le permiten mantener y mejorar la condición física.	• Identifica la independencia intra segmentaria por medio de actividades de coordinación viso-manual y viso-pédica
--	--	--	---	--

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: UNO**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.  Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.  Desarrollo del	Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.  Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	proyecto de aula	Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.	
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.

GRADO:	8°, 9°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	DOS
EJE CURRICULAR:					
♦ DEPORTES INDIVIDUALES					
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:					
Al finalizar el noveno grado: <ul style="list-style-type: none"><li>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes individuales.</li><li>Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas individuales en mi tiempo libre.</li></ul>					
COMPETENCIAS:					
FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL <ul style="list-style-type: none"><li>Mantengo y respeto las normas de juego, asumo correctamente la victoria y la derrota y asumo las consecuencias.</li></ul>					
PROBLEMA					
¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes individuales en la utilización adecuada de mi tiempo libre?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ <b>ATLETISMO:</b> Reseña histórica, Carreras de fondo y con obstáculos. Lanzamientos de bala, jabalina y disco. Salto largo y triple.</li> <li>♦ <b>AJEDREZ:</b> Reseña histórica, reglas básicas del juego, mates básicos, estrategia y táctica.</li> <li>♦ <b>TENIS DE MESA:</b> Historia, reglas básicas del juego, situaciones de juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña histórica y las principales reglas de los deportes individuales a trabajar durante el periodo.</li> <li>♦ Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</li> <li>♦ Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</li> <li>♦ Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de riesgos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Conoce la historia del atletismo, el tenis de mesa y el ajedrez.</li> <li>♦ Aplica los fundamentos técnicos del atletismo el tenis de mesa y el ajedrez en diferentes situaciones de juego.</li> <li>♦ Se interesa por las actividades deportivas relacionadas con el atletismo, el tenis de mesa y el ajedrez</li> </ul>	<p>-Reconoce la eficiencia mecánica de un segmento corporal en el tren superior respecto a un segmento corporal de tren inferior.</p> <p>-Optimiza sus posibilidades de dominancia lateral por medio de juegos pre deportivos.</p> <p>-Participa con agrado y disfruta de su creatividad en la práctica activa.</p>
--	---	---	--	---

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: DOS**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

		hasta el momento.	
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACION</b>	<p>La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.</p>	<p>Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.</p>	En todas las clases.

<b>GRADO:</b>	<b>8°, 9°</b>	<b>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL</b>	<b>2 HORAS</b>	<b>PERIODO</b>	<b>TRES</b>
---------------	---------------	-----------------------------------	----------------	----------------	-------------



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

EJE CURRICULAR:				
♦ DEPORTES DE CONJUNTO I				
ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:				
Al finalizar el noveno grado:				
<ul style="list-style-type: none"><li>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes de conjunto.</li><li>Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas de conjunto en mi tiempo libre.</li></ul>				
COMPETENCIAS:				
FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL				
. Desarrollo habilidades específicas de diversos deportes y los practico en mi tiempo libre.				
PROBLEMA				
¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes de conjunto en la utilización adecuada de mi tiempo libre?				
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
<p>♦ BALONCESTO: Historia, carreras, saltos, cambios de dirección, lanzamientos, aplicación principios de juego.</p> <p>♦ VOLEIBOL: Historia, carreras, saltos, cambios de dirección, servicio, aplicación principios de juego.</p>	<p>Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña histórica y las principales reglas de los deportes de conjunto a trabajar durante el periodo.</p> <p>Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.</p>	<p>Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</p> <p>-Cooperar y demostrar solidaridad con sus compañeros y trabajar en equipo de manera constructiva. Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</p> <p>-Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de Riesgos.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>Conoce la historia y algunos principios de juego derivados del baloncesto y voleibol.</li><li>Aplica algunos principios de juego derivados del baloncesto y el voleibol.</li><li>Se interesa por las actividades deportivas relacionadas con el baloncesto y el voleibol.</li></ul>	<p>-Diferencia las nociones espaciales: arriba, abajo, cerca, lejos, adelante, atrás, derecha, izquierda, adentro y afuera.</p> <p>-Ubica su propio cuerpo con relación al espacio circundante y compañeros del aula.</p> <p>-Ejecuta desplazamientos diagonales, verticales y horizontales, por medio de formas</p>





REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

				jugadas
--	--	--	--	---------

PLAN DE APOYO DEL PERIODO: TRES			
	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo. Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de	En todas las clases.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	temas vistos durante el periodo.	estudiantes y como monitor del área.	
--	----------------------------------	--------------------------------------	--

GRADO:	8°, 9°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	CUATRO
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
• <b>DEPORTES DE CONJUNTO II</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
Al finalizar el noveno grado: <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar deportes de conjunto.</li> <li>Poseo hábitos para la práctica organizada de actividades deportivas de conjunto en mi tiempo libre.</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconozco y utilizo procedimientos técnicos para evaluar mi propia condición física.</li> <li>Aprecio y aplico valores de respeto, solidaridad, honestidad y lealtad en la práctica deportiva.</li> </ul>					
<b>PROBLEMA</b>					
¿Cómo puedo implementar la práctica de algunos deportes de conjunto en la utilización adecuada de mi tiempo libre?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
♦ <b>FÚTBOL:</b> Historia, conducción y dribling, pase y remate, dominio del balón, trabajo para el arquero, aplicación principios de juego, reglamento.	Proporcionar al estudiante un documento taller, mediante el cual conozca la reseña histórica y las principales reglas de los deportes de conjunto a trabajar durante el periodo.	Participar constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física. -Cooperar y demostrar solidaridad con sus compañeros y trabajar en equipo de	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conoce la historia del fútbol y el microfútbol.</li> <li>Aplica algunos principios de juego derivados del fútbol y el microfútbol.</li> <li>Se interesa por las actividades</li> </ul>	Realiza carreras controlando distancia y dirección según las necesidades presentadas. Muestra habilidad para ubicarme en diferentes direcciones, con referencia a diferentes	
♦ <b>MICROFÚTBOL:</b>					



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Historia, reglamento, dominio del balón, aplicación principios de juego.	Establecer situaciones de juego en donde se pongan en práctica los fundamentos técnicos de estos deportes.	<p>manera constructiva. Comprender la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</p> <p>Incrementar las capacidades físicas en un contexto de respeto y valoración de la vida y el cuerpo humano, cumpliendo normas de prevención de Riesgos.</p>	deportivas relacionadas con el fútbol y el microfútbol.	<p>objetos.</p> <p>Se ubica correctamente en un campo de juego según las necesidades del contexto (con los ojos vendados)</p> <p>Destaca la importancia de la colaboración mutua entre los estudiantes mediante el juego colectivo.</p>
--	--	---	---	---

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: CUATRO**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a</p>	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	colaborativo.  Desarrollo del proyecto de aula	conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo. Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.	
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.

**CONJUNTO DE GRADO 10 Y 11 DE LA BÁSICA  
SECUNDARIA, MEDIA VOCACIONAL**



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**Objetivos generales:**

- ♦ La autonomía y responsabilidad para diseñar y aplicar programas de ejercicios, campeonatos y eventos deportivos, culturales y/o recreativos.
- ♦ La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella.
- ♦ La participación y la organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.
- ♦ El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana.

GRADO:	10°, 11°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	UNO
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
• <b>PREPARACIÓN FÍSICA I</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el grado once:</b>					
• Utilizo la preparación física como un medio que me permite conservar la salud física y síquica.					



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

COMPETENCIAS:				
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> - Incorporo a mis hábitos cotidianos la práctica regular y sistemática de la actividad física para mantener mi salud física y mental.				
<b>PROBLEMA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>¿Qué es y para qué sirve la preparación física?</li><li>¿Cómo puedo planear un programa de preparación física?</li></ul>				
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
Conceptualización de los diversos métodos del desarrollo de las diferentes capacidades.  -Consultas y talleres teórico-prácticos de métodos del desarrollo de la resistencia, la flexibilidad y la fuerza. -Elementos de programación de eventos deportivos: -Concepto de organización deportiva. Lenguaje arbitral Sistemas de juego Planillas y tabla de resultados Programación Organización Normatividad deportiva.	Realizar ejemplos teóricos y prácticos para planear un plan de entrenamiento para la preparación física.  Preparar un documento taller en el cual el estudiante realice una comprensión de lectura con preguntas clave para comprender el tema.  Realizar un conversatorio sobre el documento taller con el fin de reforzar las ideas que en él se encuentran y que el tema quede así bien claro.	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</li><li>◆ Coopera y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera constructiva.</li><li>◆ Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>◆ Comprende y aplica adecuadamente todo lo que encierra el tema de la preparación física.</li><li>◆ Demuestra interés en la realización de talleres y conversatorios alrededor de la preparación física.</li><li>◆ Participa en el desarrollo de las clases de educación física</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Se entrega al trabajo en equipo sin mayores inconvenientes.</li><li>• Es autónomo en la ejecución de tareas asumiendo las propias limitaciones.</li></ul>



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOLÍ  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo. Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	Al final del periodo
<b>PROFUNDIZACIÓN</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

GRADO:	10°, 11°	INTENSIDAD HORARIA SEMANAL	2 HORAS	PERIODO	DOS
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
♦ <b>PREPARACIÓN FÍSICA II</b>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el grado once:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizo la preparación física como un medio que me permite conservar la salud física y síquica.</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> - Adquiero hábitos para la práctica de algún deporte, actividad física o recreativa para uso adecuado de mi tiempo libre.					
<b>PROBLEMA</b>					
¿Cómo puedo diseñar y ejecutar un plan de entrenamiento para la preparación física de las capacidades condicionales?					
CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales			
♦ DISEÑAR Y EJECUTAR UN PLAN DE ENTRENAMIENTO PARA LA PREPARACIÓN FÍSICA DE LAS CAPACIDADES CONDICIONALES : fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.	♦ Diseñar y ejecutar por parejas o tríos un plan de entrenamiento para una de las capacidades físicas condicionales.  ♦ Repartir por sorteo una de las capacidades físicas condicionales con el fin de poder llevar a cabo lo	♦ Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física. ♦ Cooperar y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera constructiva. ♦ Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los	♦ Diseña un plan de entrenamiento para la preparación física de las capacidades condicionales. ♦ Ejecuta un plan de entrenamiento para la preparación física de las capacidades condicionales. ♦ Participa en el entrenamiento para la preparación	• Expresa sus ideas con un lenguaje sencillo y acorde a su edad. • Sigue instrucciones en la realización de tareas. • Realiza las actividades	





REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	mencionado anteriormente.	elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.	física de las capacidades condicionales.	en el tiempo requerido
--	---------------------------	--	--	------------------------

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: DOS**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	<p>Elaboración de talleres prácticos donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>Se asigna y evalúa un taller práctico del tema trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares</p>	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

		del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.	
<b>PROFUNDIZACION</b>	La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.	Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.	En todas las clases.

<b>GRADO:</b>	<b>10°, 11°</b>	<b>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL</b>	<b>2 HORAS</b>	<b>PERIODO</b>	<b>TRES</b>
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>ORGANIZACIÓN DEPORTIVA I</b></li> </ul>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el grado once:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilizo la organización deportiva como un medio para integrar una comunidad determinada</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS:</b>					
<b>FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL</b> - Aplico en mi colegio y comunidad los conocimientos adquiridos sobre recreación, deporte y uso adecuado del tiempo libre.					
<b>PROBLEMA</b>					
¿Cómo puedo organizar y ejecutar un mini torneo intergrupar en cualquier modalidad deportiva?					
<b>CONTENIDOS</b>			<b>COMPETENCIAS PARA EL PERIODO</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	
<b>Conceptuales</b>	<b>Procedimentales</b>	<b>Actitudinales</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>ESTRUCTURA BÁSICA DEL DEPORTE COLOMBIANO.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseñar (crear una guía) y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa constructivamente en los</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseña un mini torneo intergrupar, en</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Argumenta en forma sencilla.</li> </ul>	



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESTRUCTURA DE LOS CAMPEONATOS INTRAMURALES: ¿Cómo organizar un mini torneo intergrupales de carácter aplicativo en una modalidad deportiva seleccionada?</li> <li>• SISTEMAS DE COMPETENCIA: eliminación sencilla, eliminación doble, todos contra todos, eliminación por grupos.</li> <li>• Crear un mini torneo intragrupal en una modalidad deportiva seleccionada y experimentar diferentes roles: administradores, jueces, jugadores, arbitraje y planillaje.</li> <li>• CLASIFICACIÓN Y TABLAS DE RESULTADOS: registro, procesamiento y análisis de datos de eventos deportivos</li> </ul>	<p>ejecutar un mini torneo intragrupal durante el periodo, en el cual se apliquen diferentes sistemas de competencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar una consulta y socialización en mesa redonda sobre la estructura del deporte colombiano.</li> </ul>	<p>diferentes procesos de la clase de educación física.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Cooperación y solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera constructiva.</li> <li>♦ Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</li> </ul>	<p>el cual se aplican los diferentes sistemas de competencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Participa en la ejecución de un mini torneo intergrupales.</li> <li>♦ Identifica los diferentes sistemas de competencia. Conoce la estructura básica del deporte colombiano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adecua su conducta a las normas sociales.</li> <li>• Acepta y respeta figuras de autoridad.</li> <li>• Interactúa con pares e iguales de manera asertiva</li> </ul>
---	---	---	--	--

**PLAN DE APOYO DEL PERIODO: TRES**

	CRITERIO	PROCEDIMIENTO	FRECUENCIA
<b>NIVELACION</b>	Evaluación diagnóstica de conceptos y destrezas básicas de acuerdo al periodo que en entre	En forma práctica y/o escrita se observa el desempeño de los estudiantes para determinar su nivel de apropiación de las competencias requeridas hasta el momento.	Al iniciar el año, durante los periodos (si ingresa un estudiante nuevo) y al finalizar el año.
<b>RECUPERACIÓN</b>	Elaboración de talleres prácticos	Se asigna y evalúa un taller práctico del tema	Al final del periodo



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

	<p>donde demuestre las posibilidades de movimiento de acuerdo a ritmos musicales.</p> <p>Desempeño en el trabajo de equipo colaborativo.</p> <p>Desarrollo del proyecto de aula</p>	<p>trabajado.</p> <p>Se elabora una lista de chequeo con los aspectos que debe cumplir el estudiante en el desarrollo del trabajo colaborativo, se da a conocer y al finalizar el periodo se aplica a cada integrante del equipo.</p> <p>Cada equipo colaborativo formula una propuesta del proyecto integrando los estándares del grado y durante el periodo va presentando evidencias de sus avances.</p>	
<b>PROFUNDIZACION</b>	<p>La observación directa del desempeño del estudiante en las prácticas de clase teniendo en cuenta los temas vistos durante el periodo.</p>	<p>Se elabora un registro en la planilla de notas sobre su desempeño. Se le asignan funciones como líder de un grupo de estudiantes y como monitor del área.</p>	<p>En todas las clases.</p>

<b>GRADO:</b>	<b>10°, 11°</b>	<b>INTENSIDAD HORARIA SEMANAL</b>	<b>2 HORAS</b>	<b>PERIODO</b>	<b>CUATRO</b>
<b>EJE CURRICULAR:</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li><b>ORGANIZACIÓN DEPORTIVA II</b></li> </ul>					
<b>ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA:</b>					
<b>Al finalizar el grado once:</b>					



REPUBLICA DE COLOMBIA  
 MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
 MUNICIPIO DE NECOCLI  
 INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
 DANE 205490000900 NIT 811043626-7

- Utilizo la organización deportiva como un medio para integrar una comunidad determinada.

**COMPETENCIAS:**

**FÍSICO MOTRIZ, SOCIO MOTRIZ, PRAGMÁTICA, EXPRESIÓN CORPORAL**

- Adquiero y aplico conocimientos básicos de administración deportiva.
- Aprecio y aplico valores como cooperación, respeto, colaboración en el desarrollo de actividades deportivas, lúdicas y recreativas

**PROBLEMA**

¿Cómo puedo organizar y ejecutar un evento cultural, recreativo y/o deportivo?

CONTENIDOS			COMPETENCIAS PARA EL PERIODO	INDICADORES DE DESEMPEÑO
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• SELECCIÓN DE EVENTOS CULTURALES, RECREATIVOS O DEPORTIVOS: justificación, objetivos que se proponen.</li> <li>• DIVULGACIÓN Y MOTIVACIÓN: publicidad.</li> <li>• INSCRIPCIONES: definición de sistemas de competencia y participación.</li> <li>• EJECUTAR UN EVENTO CULTURAL, RECREATIVO Y/O DEPORTIVO EN LA INSTITUCIÓN.</li> </ul>	<p>Planear y realizar un evento cultural, recreativo y/o deportivo en la institución antes de finalizar el periodo, partiendo de una lluvia de ideas por parte de los estudiantes.</p> <p>Delegar funciones.</p> <p>Tomar 1 hora semanal para la planeación y revisión del evento y la otra hora, utilizarla para fomentar la buena utilización del tiempo libre por medio del deporte elegido por el estudiante.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Participa constructivamente en los diferentes procesos de la clase de educación física.</li> <li>♦ Cooperar y demuestra solidaridad con sus compañeros y trabaja en equipo de manera constructiva.</li> <li>♦ Comprende la importancia de cuidar y respetar el espacio y los elementos de trabajo como un patrimonio de todos y para todos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Planea un evento cultural, recreativo y/o deportivo para llevar a cabo en la institución.</li> <li>♦ Lleva a cabo un evento cultural, recreativo y/o deportivo en la institución con la ayuda de sus compañeros de grupo.</li> <li>♦ Participa en el desarrollo de un evento cultural, recreativo y/o deportivo en la institución.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene capacidad para construir y mantener amistades.</li> <li>• Ayuda comparte y es solidario con sus compañeros.</li> <li>• Se ubica en el tiempo y en el espacio.</li> <li>• Realiza las actividades de manera adecuada.</li> </ul>



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

## **V. METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN**

Para el desarrollo del área de educación física, recreación y deporte, se propone utilizar una metodología con un enfoque Histórico Hermenéutico, ya que esta permite identificar el mundo social que rodea al estudiante integrado con la relación sujeto – objeto, lo cual permitirá construir conocimiento a través de un referente histórico – práctico. Esta afirmación permite considerar en un acontecimiento cualquiera dos perspectivas; la primera toma el acontecimiento objeto y material, y la segunda toma como un evento que puede comprenderse e interpretarse.

“Según Jaramillo (1999:72) lo que subraya el nombre histórico hermenéutico, es el carácter específico de las acciones humanas, o sea su dotación de sentido social en el curso de un proceso de elaboración colectivo, donde el objeto genérico de comprensión es la experiencia humana”.

Cuando se habla de experiencia humana, se hace referencia a todo ese bagaje psicomotriz, perceptivo motriz, socio motriz y como contrapunto las habilidades motrices, que el estudiante posee para afrontará con éxito su praxis, y orientado de una manera clara y concisa, lo llevarán a obtener los logros, competencias, y estándares establecidos en la unidad didáctica de una manera significativa.

Otras de la finalidades que se busca con la praxis, es la comprensión del individuo con relación a los demás, es decir, la relación con el entorno que lo rodea. Y es aquí donde la educación física a través de la motricidad, expresiones motrices, los fundamentos del goce, la lúdica, las formas jugadas y los juegos predeportivos, permitirán la potencialización integral del individuo dotándolo de personalidad, seguridad y valores para proyectar y enfrentar a una sociedad.

De todas formas, lo más importante hasta aquí es reconocer que el conocimiento y desarrollo integral está mediado por la historia, por un antecedente que se debe estudiar y aclarar para poder planificar e identificar



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

qué tipo de estudiante estamos enfrentando y de igual forma poder planear sesiones de clases acordes a los procesos de crecimiento, desarrollo y maduración que cada uno de ellos posee.

Luego de haber aclarado la visión del enfoque histórico – hermenéutico, es importante aclarar, que esta metodología no está basada simplemente en una recolección de datos de estudiantes en forma análoga. Si no, en la articulación de la realidad institucional con las capacidades y habilidades que los estudiantes de hoy poseen. Por eso se hace necesario profundizar un poco en cuanto a su referente histórico para poder interpretar cual es la dirección que se le va a dar a los estudiantes de la Institución Educativa.

Para terminar, Jaramillo explica la naturaleza y característica del conocimiento histórico hermenéutico que se ven pertinentes en la articulación de los diferentes momentos que se vivencian a lo largo de todo el proceso:

- “El sujeto juega un papel activo frente al objeto de estudio que a su vez es activo.
- Teoría y método se presentan simultáneamente.
- Las formulaciones conceptuales se constituyen mediante procesos de comparación y analogía permanente en la reflexión sobre la práctica.
- Comprender más profundamente las situaciones para orientar la práctica social.
- Se reconoce el contexto, se construye conocimiento a partir de la reflexión y la confrontación con otros.
- Teoría y práctica permiten ir construyendo permanentemente los referentes teóricos.”

Además, durante las clases prácticas, se debe llevar a cabo la utilización de los siguientes métodos de enseñanza:



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- o Tradicional: Instrucción directa
- o Demostración
- o Repetición
- o Asignación de Tareas
- o Juego de roles
- o Ensayo error

**De aprendizaje:**

- ☐ Indagación: finalidad, mayor implicación cognitiva, mayor retención además, libertad, creación y espontaneidad a la hora de realizar un juego o actividad.
- ☐ Vivencia, experimentación o exploración
- ☐ Observación: los niños aprenderán movimientos y gestos, producto de la observación que hacen al finalizar los ejercicios planteados por el docente o un compañero.

En definitiva, lo que se busca es que el estudiante construya un conocimiento, donde haya un reconocimiento previo de lo que ya sabe y domina, para luego fortalecer su formación, a partir de las orientaciones dadas por el docente, donde la motivación y la disposición son fundamentales, al igual que la corrección de posibles errores.

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





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Además, se llevará a cabo una evaluación sumativa para valorar el alcance de los logros obtenidos por cada estudiante en cada una de las diferentes unidades o periodos, teniendo como base la evaluación formativa realizada durante el desarrollo de cada unidad, así como lo dispuesto en el decreto 0230 de 2002.

### **METAS DE CALIDAD**

- Fomentar el deporte y la educación física para todos poniendo en práctica los contenidos, metodología y evaluación, con el fin de estimular la toma de conciencia acerca de la importancia de la salud, el espíritu de logro y el acercamiento cultural para afianzar los valores colectivos.
- Garantizar que el deporte y la educación física sirvan como una herramienta que contribuya a la formación de hombres y mujeres, competentes en las dimensiones del desarrollo humano, en los valores de convivencia y servicio, en el desarrollo de habilidades básicas de pensamiento.
- Impulsar a través del juego, una cultura de paz, de equidad social y de género y propiciar el diálogo y la armonía mediante el trabajo colectivo para promover las oportunidades de solidaridad y cooperación basadas en el deporte y la educación física.
- Fomentar el deporte y la educación física, sobre la base de las necesidades establecidas a nivel institucional y local, como medio para lograr la salud, la educación y el desarrollo social y cultural.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- Fortalecer la cooperación entre la familia, la escuela, clubes y ligas locales, al igual que de los sectores público y privado aledaños a la institución, con el fin de garantizar una práctica colectiva de la educación física y el deporte, con buenos recursos físicos tales como material deportivo e infraestructura.
- Formar desde la práctica de la educación física, la recreación y el deporte, personas líderes, críticas, responsables, respetuosas, tolerantes, solidarias, cooperativas, aportando a la construcción de una cultura de la paz.
- Desarrollar desde la educación física, la recreación y el deporte, personas eficientes en su contexto social, político, económico y cultural.
- Generar desde la educación física, la práctica regular de una actividad física, que favorezca en el estudiante hábitos de vida saludable.

## **VI. MEDIOS Y RECURSOS**

1. Placas deportivas, salón de Educación Física, biblioteca y el auditorio.
2. Placa deportiva y cancha de futbol anexa a la institución
3. Balones de



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

- Baloncesto
- Voleibol
- Futbol
- Balón mano
- Microfútbol

4. Pelotas de plástico (Fundamentación)

- De fútbol
- Baloncesto
- voleibol

5. Pequeños elementos:

- Cuerdas
- Bastones
- Aros
- Mancuerna
- Conos
- Tapaojos



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

6. Colchonetas
  7. Mesa de ping - pong
  8. Juegos recreativos tradicionales o de la calle
- Yoyo
  - Ajedrez
  - Parques
  - Loterías
  - Trompo
  - Canicas
  - Pirinolas

}

**GLOSARIO**



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**ACCIÓN MOTRIZ:** Movimiento de tipo voluntario, consciente, intencional y que obedece a lograr fines determinados por el contexto, actividades y juegos que se despliegan en la sesión de educación física, en la iniciación deportiva y del deporte educativo.

**ACTITUD POSTURAL:** Posición que adopta el cuerpo, que puede estar motivada, por el estado de ánimo, o bien, para intentar expresar y/o comunicar algo con propiedad.

**APRENDIZAJE MOTOR:** Es el proceso de adquisición de nuevas formas de movimiento.

**AUTOEVALUACIÓN:** La evaluación es realizada por la persona evaluada. En este caso es el propio alumno el que realiza la evaluación o el maestro es quien evalúa su propia actuación docente.

**COMPETENCIAS:** Es el conjunto de capacidades que incluyen conocimientos, actitudes, habilidades y destrezas que una persona logra mediante procesos de aprendizaje y que se manifiesta en su desempeño, en situaciones y contextos diversos. Busca integrar los aprendizajes y utilizarlos en la vida cotidiana.

**COMPETENCIA MOTRIZ:** Es la capacidad del niño para dar sentido a su propia acción, orientarla y regular sus movimientos, comprender los aspectos perceptivos y cognitivos de la producción y control de las respuestas motrices, relacionándolas con los sentimientos que se tienen y la toma de conciencia de lo que se sabe que se puede hacer y cómo es posible lograrlo (Ruiz Pérez, 1995)

**COMPORTAMIENTO MOTOR:** Conjunto de manifestaciones motrices observables de un individuo que actúa. Sus manifestaciones se presentan de forma objetiva, se pueden describir basándose sobre los datos corporales que se refieren al espacio (orientación, desplazamiento...), al tiempo (velocidad, aceleración...) y a los demás (interacciones motrices). (Parlebas, 2001)



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**COORDINACIÓN MOTRIZ:** Es la posibilidad de ejecutar acciones que implican una gama diversa de movimientos en los que interviene la actividad de determinados segmentos, órganos o grupos musculares y la inhibición de otras partes del cuerpo. (Mélich, 1994)

**CONDUCTA MOTRIZ:** Es la organización significativa de las acciones y reacciones de una persona que actúa. Una conducta motriz sólo puede ser observada indirectamente; se manifiesta mediante un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido, y que es vivido de forma consciente o inconsciente por la persona que actúa.

**CONTENIDOS:** Conjunto de saberes, formas culturales, conocimientos y habilidades necesarias de asimilar y adquirir para actuar, socializar, desarrollarse y reaccionar frente al entorno a partir del momento en que estos son percibidos por los alumnos y el profesor.

**DEPORTE:** El deporte es juego, ejercicio físico y competición y puede tener una doble orientación hacia el deporte-praxis y hacia el deporte-espectáculo. Orientado hacia el espectáculo el deporte es contacto social, política, profesión, trabajo, rendimiento y ocio pasivo. Cuando se orienta hacia la praxis es ocio activo, higiene-salud, desarrollo biológico, esparcimiento, educación, relación social y superación personal o ajena. Cada disciplina deportiva posee un reglamento propio y está regida por una institución social reconocida (institucionalizado).

**DEPORTE EDUCATIVO:** Actividad física, individual o de conjunto, cuya reglamentación, instalaciones y equipo son adaptados a las características de niños y jóvenes en edad escolar, de carácter eminentemente formativo, favorecedor de aprendizajes psicomotrices, afectivos, cognitivos y sociales. El deporte educativo se refiere a la manera de cómo abordarlo con los alumnos para que su enseñanza configure la formación de la persona a través de conductas motrices donde lo importante es que todos los alumnos mejoren y participen en las actividades.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**DESARROLLO MOTOR:** Creación de funciones a través de las cuales el niño va adquiriendo control sobre sus movimientos, haciéndose cada vez más específica y sutil, que apunta a una motricidad más amplia y eficiente.

**DESEMPEÑO MOTRIZ:** Es la consideración que se hace de la persona que actúa en una situación motriz, de forma íntegra y hace referencia a sus emociones, sentimientos, deseos y motivaciones. Es decir tiene en cuenta a la persona que se mueve y no se enfoca sólo al movimiento. El desempeño motriz plantea que los alumnos reconozcan sus posibilidades y limitaciones personales, asuman la posibilidad de superar sus dificultades y afiancen el sentimiento de ser competentes.

**DESTREZA MOTRIZ:** Es la capacidad del individuo de ser eficiente en una habilidad determinada. La destreza puede ser adquirida por medio del aprendizaje o innata en el propio individuo. Así, podemos considerar que la destreza de cada individuo favorece no sólo un proceso más rápido de aprendizaje de la habilidad sino un mejor resultado en su realización

**DIDÁCTICA:** Es el arte de enseñar, y en conjunto con la ciencia plantea un conjunto de técnicas y herramientas al servicio de orientar el aprendizaje siempre ligado a procesos teórico -prácticos. La finalidad de la didáctica contribuye a hacer más consciente y eficiente el proceso de enseñanza aprendizaje.

**DISPONIBILIDAD CORPORAL:** Es la disposición personal para la acción, en la interacción con los otros y con el medio. Consiste en la construcción progresiva por parte de los alumnos de los conceptos, procedimientos y actitudes inherentes al empleo inteligente y emocional del cuerpo y sus capacidades. (Gómez Raúl H, 2002)



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**EDUCACIÓN:** Se entiende como un proceso de vida, que involucra, no solamente conocimientos y habilidades, sino que tiene que ver con la esencia misma del ser; sus sentimientos, el sentido y el significado de la vida; contribuye al desarrollo y actualización de las potencialidades y capacidades y siempre es un proceso perfectible.

**EDUCACIÓN FÍSICA:** Es una forma de intervención pedagógica que se manifiesta en toda la expresión del ser humano, su objeto de estudio no es solo el cuerpo en su aspecto físico, sino, en su corporeidad, en la cual nos proponemos educarlo y hacerlo competente para conocerlo, desarrollarlo, cuidarlo y aceptarlo.

**EDUCACIÓN PARA LA PAZ:** Consiste en un proceso de transformación de la cultura de guerra, Violencia, imposición y discriminación, en otra cultura comprometida con la no-violencia, el dialogo, el respeto y la solidaridad.

**ESTRATEGIA DIDÁCTICA:** Son recursos pedagógicos que el docente dispone para buscar mediante ellos el logro de los diferentes propósitos educativos de la educación física.

**ENTIDAD CORPORAL:** Es la noción que se tiene de uno mismo. Noción que contiene el conocimiento y estima de las propias posibilidades corporales y la toma de conciencia de sí mismos al reconocer que existen muchas y distintas maneras de ser.

**ESTRATEGIA:** Plan o programa de acción o procedimiento de actuación para organizar de forma económica y eficaz sus conocimientos y acciones para conseguir un objetivo dado. Es un proceso que involucra la experiencia, recolección, análisis, asimilación, investigación y la evaluación de información.

**ESQUEMA CORPORAL:** Representación que cada uno tiene de su cuerpo y de cada una de sus partes, se adquiere con la experiencia. La percepción es elemento fundamental en la elaboración del esquema corporal.





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**EQUIDAD DE GENERO:** Es el disfrute equilibrado de hombres y mujeres de los bienes socialmente valiosos, de las oportunidades, de los recursos y recompensas. El propósito no es que mujeres y hombres sean iguales, sino que, sus oportunidades en la vida sean y permanezcan iguales.

**EVALUACIÓN:** La evaluación es una valoración que se emite sobre el proceso de enseñanza y aprendizaje, una vez recogidos una serie de datos, en relación con los objetivos educativos que se pretenden alcanzar. La evaluación implica al propio proceso y no se trata de un juicio terminal del mismo, sino que las actividades de evaluación están incluidas dentro de las propias actividades de enseñanza-aprendizaje, (Diseño Curricular Base del MEC, 1989).

**EVALUACIÓN COMPARTIDA:** La evaluación del alumno, del maestro o del propio proceso la realizan, de forma dialogada y colaborativa, las personas que participan en el dicho proceso educativo. Especialmente vinculada a la E.F. como práctica ética y emancipadora.

**EXPRESAR:** Consiste en exteriorizar, por medio de actitudes, gestos, palabras, etcétera, lo que se siente o piensa sin la intención específica de ser escuchado y comprendido.

**EXPRESIÓN CORPORAL:** Es una disciplina que trabaja con el lenguaje del cuerpo, que es el movimiento. La Expresión Corporal revaloriza el cuerpo que somos, permitiendo que se haga presente, se exprese y se comunique. La Expresión Corporal propone que cada persona recupere el placer del movimiento y encuentre su propio lenguaje para moverse y crear en un clima de libertad, que constituye un reto y promueve la superación de estereotipos y la formación integral de la persona. Se refiere al movimiento con el propósito de favorecer los procesos de aprendizaje, estructurar el esquema corporal, construir una apropiada imagen de sí mismo, mejorar la comunicación y desarrollar la creatividad.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**FLEXIBILIDAD:** Es la posibilidad de abordar un mismo problema o situación planteada de diferentes maneras. Las categorías que se manejan como respuestas deben ser por tanto diferentes y no se limitan a un solo punto de vista o modo de resolver una situación. Este contenido aporta un conocimiento opuesto a lo que sería la rigidez, lo monótono o lo receptivo.

**FLUIDEZ:** Es la posibilidad de generar muchas producciones en un tiempo limitado. Se refiere a un rasgo de cantidad y de velocidad de respuestas que debe surgir con gran dinamismo.

**GÉNERO:** Es el conjunto de creencias, prescripciones y atribuciones que se construyen socialmente tomando a la diferencia sexual como base. Por definición, es una construcción histórica: lo que se considera propio de cada sexo cambia de época en época. (Lamas, 2007)

**GESTO:** Se entiende como el movimiento del cuerpo en general o de alguna de sus partes, cargado de significado, con que se pretende expresar o comunicar algo.

**HABILIDADES MOTRICES:** Se entiende como el grado de competencia de un sujeto en concreto frente a una tarea determinada. Correr, saltar, lanzar, son habilidades motrices básicas porque: 1. son comunes a todos los individuos; 2. filogenéticamente han permitido la supervivencia del ser humano; 3. son el fundamento de posteriores aprendizajes motrices (deportivos o no). Dentro de las habilidades motrices básicas se encuentran: de locomoción, no-locomoción y de proyección-recepción. (Ruiz Pérez, 1994). Las habilidades motrices, son el resultado de la participación de diferentes tipos de conocimientos representados en la memoria y adquiridos en la práctica.

**IDENTIDAD CORPORAL:** Es el reconocimiento del cuerpo y de algunos significados y significantes de sus partes, observando el mensaje que comunican los movimientos y las posturas, comprobando los



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

significantes de las emociones impresas en el cuerpo, registrando particularidades, condiciones y presencias constituyentes de la corporeidad. (Grasso, 2005)

**IMAGEN CORPORAL:** Intuición que se tiene del cuerpo en relación con el espacio de los objetos y de las personas, se elabora a partir de las reacciones de adaptación al mundo exterior.

**INICIACIÓN DEPORTIVA:** Proceso que no ha de entenderse como el momento en que se empieza la práctica deportiva, sino como una acción pedagógica, que teniendo en cuenta las características del niño o sujeto que se inicia y los fines a conseguir, permite que este adquiera progresivamente una mayor competencia motriz. El proceso de iniciación debe de hacerse de forma paulatina, acorde a las posibilidades y necesidades de los individuos, con prácticas simplificadas a partir del manejo de una gran variedad de objetos y/o implementos de diversas características que no necesariamente deben tener relación directa con algún deporte en específico y la aplicación de estos fundamentos en situaciones similares a las de los deportes. Una buena iniciación se caracteriza por la máxima inclusión y participación.

**JUEGO DE EJERCICIO:** Este no supone ninguna técnica particular: son simples ejercicios que ponen en acción un conjunto variado de conductas, pero sin modificar su estructura tal cual se presenta en el estado de adaptación actual. (Piaget, 1980)

**JUEGO DE REGLAS:** El juego de reglas da acceso a la realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro y Adelantado. 2002)

**JUEGO LIBRE O ESPONTÁNEO:** Es aquella actividad lúdica que el niño realiza sin la intervención del profesor.



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**JUEGO PSICOMOTOR:** Juego deportivo correspondiente a las situaciones psicomotrices. Carecen de interacciones motrices esenciales, se practican en solitario, desde el punto de vista de la resolución operatoria de la tarea. (Parlebas, 2001)

**JUEGO SOCIOMOTOR:** Juego con carácter deportivo que corresponde a las situaciones que se caracterizan por la presencia de una interacción motriz esencial; dicha interacción se concreta en una comunicación motriz de tipo cooperativo.

**JUEGOS COOPERATIVOS:** Pueden definirse como aquellos en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez Callado, 2004)

**JUEGOS MODIFICADOS:** Son juegos que mantienen en esencia la naturaleza problemática del juego deportivo estándar o deporte (por lo tanto también su táctica). No pertenecen a ninguna institución deportiva ni están sujetos a la formalización y estandarización.

**JUEGOS PARADOJICOS:** Juegos con carácter deportivo cuyas reglas exigen la realización de interacciones motrices marcadas por la ambigüedad y la ambivalencia (ejemplo: cambio de roles en la misma actividad), y que culmina en efectos contradictorios e irracionales. Esta dinámica paradójica deriva del sistema de interacción generado por la lógica interna del juego, y sobre todo de la red de comunicaciones motrices. De hecho, la ambivalencia está ya presente en algunos códigos de juego, en donde cada participante es libre de elegir a sus compañeros y a sus adversarios en cualquier momento e incluso de cambiarlos eventualmente en el transcurso del juego. (Parlebas, 2001)



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**LENGUAJE:** Conjunto de expresiones con las que el ser humano se manifiesta de forma intencional, utilizando el cuerpo como vehículo de expresión o de transmisión. Puede ser verbal y no verbal.

**LENGUAJE GESTUAL:** Código de comunicación cargado de sentido cultural, vinculado a la vida emocional de la persona, con un gran valor de espontaneidad, que sirve para apoyar el lenguaje verbal aunque en ocasiones puede contradecirlo. Se basa en las actitudes corporales, la apariencia corporal, el contacto físico, el contacto ocular, la distancia interpersonal el gesto, la orientación espacial interpersonal, y el ritmo comunicativo gestual y sonoro, llegando al interlocutor por vía visual o táctil.

**LENGUAJE NO VERBAL:** Utilización de códigos variados de comunicación que se valen del cuerpo como herramienta principal de transmisión y que excluyen el uso de la palabra. Se refiere al gestual, y a los componentes sonoros comunicativos. Pueden llegar al receptor por cualquier vía de transmisión de la información.

**LÓGICA INTERNA:** La lógica interna es el modo peculiar en cómo están predeterminadas las acciones motrices de toda actividad, juego o deporte, donde las normas provocan comportamientos corporales precisos de los jugadores en cuatro aspectos: El espacio, el material, la interacción con otros jugadores y el tiempo.

**LÚDICO:** La etimología de la palabra juego, se deriva del latín iocus o acción de jugar, diversión, broma. La raíz de la palabra nos dice simplemente que el juego es “diversión”. Para hacer referencia a todo lo relativo al juego nos auxiliamos con el término lúdico, y cuya raíz latina es ludus o juego.

**LUDOGRAMA:** Es la representación gráfica de las secuencias de los sub roles sociomotores (y eventualmente de los roles sociomotores) asumidos por un jugador sucesivamente durante el desarrollo de un juego deportivo. El ludograma tiene en cuenta las unidades práxicas consideradas básicas respecto al significado



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

estratégico y/o interaccional de los actos de juego; las unidades mínimas recogidas aquí como más interesantes de manera inmediata son los sub roles sociomotores. (Parlebas, 2001)

**LUDOMOTRICIDAD:** Recae en la naturaleza de las situaciones motrices que corresponden a los juegos deportivos. Su finalidad es clara, pues alude al placer del juego, al deseo de una acción entretenida. El placer del juego responde básicamente a una actitud que puede nacer y desarrollarse en condiciones muy variadas según el contexto social y las vivencias subjetivas de cada uno. (Parlebas, 2001)

**MOTRICIDAD:** La Motricidad, como capacidad humana, es la propia manifestación de la vida humana en sus distintos modos de expresarse e impresionarse. Su intención es el desarrollo de la toma de consciencia desde la vivencia (contacto sensorial con la realidad) y su fin o propósito es el desarrollo humano de cara a la trascendencia, es decir, la transformación del yo, el otro y el cosmos. (Luis Guillermo Jaramillo y Eugenia Trigo)

**MÓVIL:** Refiere a la dinámica y lógica de las actividades físicas y deportivas, determinando el propósito, la naturaleza y el logro o la meta a alcanzar.

**MOVIMIENTO FIGURATIVO:** Acción que trata de representar de manera comprensible realidades o ideas. Se opone al movimiento abstracto. (Exp. Corp.)

**MOVIMIENTO SIMBÓLICO:** Es un tipo de movimiento figurativo que se realiza con ciertos rasgos o características y que por convención social permite la identificación con una cosa, fenómeno, idea o persona que se toma como inspiración.

**PEDAGOGÍA:** Se encarga de proponer los métodos y procedimientos más adecuados para los procesos educativos del ser humano, impactando en aspectos cognoscitivos, afectivos y axiológicos, apoyándose de la psicología, sociología y filosofía de la educación. pro de su propio aprendizaje.



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**PLANEACIÓN:** Es una función reflexiva del docente que consiste en organizar flexible y sistemáticamente los contenidos del currículum de E.F. y la intervención docente, en función de los objetivos didácticos, para prever un plan futuro de actuación eficaz. (J. Viciano)

**RITMO:** Es un flujo de movimiento controlado medido, sonoro o visual, generalmente producido por una ordenación de elementos diferentes del medio en cuestión.

**RITMO COMUNICATIVO GESTUAL Y SONORO:** Investigación y toma de conciencia de los aspectos temporales del comportamiento interpersonal en lo relativo al lenguaje corporal gestual y verbal. (Exp. Corp.)

**RITMO EXTERNO:** Búsqueda, exploración, descubrimiento, concienciación y conocimiento del movimiento que conduce al acoplamiento del sujeto al ritmo producido por estímulos sonoros externos (provocados por otras personas, todo tipo de objetos instrumentos de percusión, así como la propia música). (Exp. Corp.)

**RITMO INTERNO:** Búsqueda, exploración, descubrimiento, concienciación y conocimiento de las posibilidades rítmicas particulares, a partir de los elementos básicos del ritmo (movimiento o ausencia de movimiento pausa, duración, velocidad y acentuación). (Exp. Corp.)

**SALUD:** El estado completo de bienestar físico, mental y social; no es solamente la ausencia de afecciones y/o de enfermedades.

**SINCRONIZACIÓN:** Tipo de interacción entre dos o más personas que conlleva la acción simultánea entre ellas, acomodándose necesariamente la acción del otro. (Exp. Corp.)



*REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7*

**SITUACIÓN COMPETITIVA:** Una situación será definida como competitiva cuando la consecución de los objetivos de uno de los miembros impide la consecución de los objetivos de los demás.

**SITUACIÓN COOPERATIVA:** Se puede definir una situación cooperativa como aquella en que los objetivos de los individuos, en una situación dada, son de tal naturaleza que, para que el objetivo de un individuo pueda ser alcanzado, todos los demás integrantes de dicha situación deberán igualmente alcanzar sus respectivos objetivos

**SOCIO MOTRICIDAD:** Corresponde al campo y a las características de las prácticas que se desarrollan en situaciones de interacción motriz, en donde se implica necesariamente la realización de una tarea proyectada.

**TAREA MOTRIZ:** Conjunto de condiciones materiales y de obligaciones que definen un objetivo cuya realización requiere de la intervención de las conductas motrices de uno o más participantes. Las condiciones objetivas que presiden la realización de la tarea motriz son impuestas a menudo por consignas y reglamentos. En el caso de los juegos deportivos, son efectivamente las reglas las que definen la tarea prescribiendo las obligaciones en que deben someterse las conductas motrices de los practicantes. (Parlebas, 2001)

**TOMA DE CONCIENCIA:** Proceso reflexivo por el cual la persona puede darse cuenta, percatarse, percibirse y reconocerse a sí mismo, a los demás, o/y al entorno, tanto estática como dinámicamente. Se realiza al centrar la atención en las sensaciones exteroceptivas, interoceptivas y propioceptivas. (Exp. Corp.)

**TRAYECTORIA:** Línea descrita en el espacio por un cuerpo que se mueve, y, más comúnmente, la que sigue un proyectil. (Exp. Corp.)





REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

**TONO MUSCULAR:** Podemos definirlo como la tensión ligera a la que se halla sometido todo músculo en estado de reposo y que acompaña también a cualquier actividad postural o cinética.

**UNIDAD DIDÁCTICA:** Es un conjunto de ideas, una hipótesis de trabajo, que incluye no sólo los contenidos de la disciplina y los recursos necesarios para el trabajo diario, sino una meta de aprendizaje, una estrategia que ordene y regule en la práctica escolar los diversos contenidos de aprendizaje. (Fernández G., 1999)

**VARIABILIDAD DE LA PRÁCTICA:** Consiste en propiciar una amplia gama de posibilidades de las condiciones de práctica, provocar nuevos parámetros de respuesta y en conseguir que mediante dichas variaciones el sujeto tenga que adaptar sus respuestas y establecer nuevos parámetros.

## **VII. BIBLIOGRAFÍA**

ANDER-EGG, Ezequiel y AGUILAR Ibáñez María José. Cómo Elaborar un Proyecto. Editorial Lumen/Hvmanitas. Pág. 15 - 17.

ARBOLEDA GÓMEZ, Rubiela. Encuentro Con La Educación Física: Un Episteme Alrededor De La Motricidad. Parcelas Y Horizontes. Página 178.

CAMPO Sánchez, Gladys Elena. El Juego en la Educación Física Básica. Editorial Kinesis. Págs. 24 – 26 y 50 - 52

CASTAÑER BALCELLS, Marta. CAMERINO Foguet, Oleguer. La Educación Física En La Enseñanza Primaria. Publicaciones INDE, 4ta Edición. Páginas 32, 54, 55.

CAMACHO Hipólito y BONILLA Carlos Bolívar. Programas de Educación Física para la Básica Primaria. Kinesis 2004.

Constitución Política de Colombia de 1991:

Decreto 0230 de 2002



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOLÍ  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Decreto 1860 de 1994

DUMAZEDIER, J. Enciclopedia Internacional de las Ciencias Sociales. México. 1975.

FERNÁNDEZ, Jairo Alejandro y SERNA Efrén. Estudio Trasversal del uso del Tiempo Extraescolar en los Escolares Bogotanos. Bogotá. Memorias 2004, Pág. 114.

GUÍA CURRICULAR PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA (Módulo 01 referente conceptual) páginas 18 – 33.

Héctor Mancera Gálvis, revista No 1 “Pedagogía y Movimiento” de la universidad Cooperativa de Colombia Seccional Bucaramanga, página 28.

Ley 715 de 2001

Ley 934 de 2004

Ley del Deporte 181 de 1995

Ley General de Educación 115 de 1994:

LUNA CARMONA, María Teresa Y ROLDÁN VARGAS OFELIA. Investigación Realizada Para PLAN Internacional Sobre Evaluación Del Dominio De Aprendizaje. 1996

Plan Educativo Institucional

Revista Educación Física Y Deporte, Universidad De Antioquia, Volumen 22 – Número 1, página 64.

WAICHMAN, Pablo. Tiempo Libre y Recreación: Un Espacio Pedagógico. Armenia. Kinesis. 200, Pág. 193.

## **CIBERGRAFÍA**

Crecimiento y Desarrollo (<http://www.geocities.com/HotSprings/Falls/3607/pag8>)

Ernesto Iturralde & Asociados Latinoamérica. La Lúdica en el Aprendizaje Experiencial. (<http://www.ernestoyturralde.org/ludica.htm>.)



REPUBLICA DE COLOMBIA  
MINISTERIO DE EDUCACION NACIONAL  
MUNICIPIO DE NECOCLI  
INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LAS CHANGAS  
DANE 205490000900 NIT 811043626-7

Etapas del Desarrollo Artístico  
([http://www.rmm.cl/usuarios/hflandez/doc/200610142018350.Eta%20del\\_des\\_%20artis.doc](http://www.rmm.cl/usuarios/hflandez/doc/200610142018350.Eta%20del_des_%20artis.doc))

Psicología del Desarrollo y la Maduración (<http://webpcmania.blogcindario.com/2006/04/00060-psicologia-del-desarrollo-y-maduracion.>)