

**INSTITUCION EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
COELLO - COCORA**

PLAN DE AREA

**EDUCACION FISICA
RECREACION Y DEPORTES**

MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO
Principal Secundaria - Jefe de Área

KAREN MILENA PAEZ
Principal Primaria

LUIS EDUARDO JOVEN
Sedes Anexas

2020

IDENTIFICACION:

INSTITUCION EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO – Coello Cocora

SEDE: PRINCIPAL

AREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE

ASIGNATURA: Educación Física

PROYECTO TRANSVERSAL: TIEMPO LIBRE

INTENSIDAD HORARIA ANUAL: 80 Horas

INTENSIDAD HORARIA SEMANAL: 2 Horas

DOCENTES RESPONSABLES:

MANUEL ALFONSO GALINDO

Secundaria Sede Principal

KAREN MILENA PAEZ

Primaria Sede Principal

LUIS EDUARDO JOVEN

Sedes Anexas

INTRODUCCION

El área de Educación Física, Recreación y Deportes se está transformando de acuerdo con las exigencias que la sociedad hace a la educación, las orientaciones de la Ley 115 y sus normas reglamentarias.

Esta afirmación se evidencia en las acciones desarrolladas desde el Ministerio de Educación Nacional y otras instituciones para consultar el estado de la educación física en los establecimientos educativos, elaborar los indicadores de logros de la Resolución 2343 de 1996, conceptualizar las dimensiones corporal y lúdica y construir estos lineamientos curriculares.

Este documento es resultado de una reflexión participativa y crítica, y tiene como propósito la formación integral del estudiante y el desarrollo de los proyectos educativos institucionales.

Las finalidades de esta área se centran en el desarrollo humano y social, en un proyecto educativo que privilegia la dignidad humana, la calidad de vida, el desarrollo de la cultura y el conocimiento, la capacidad de acción y la participación democrática.

Se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas.

JUSTIFICACION

El área de educación física deportes y recreación, se ha ganado un espacio de gran importancia en el esquema educativo general de la institución, donde los estudiantes encuentran la posibilidad de desarrollar otras capacidades diferentes a las que se trabajan en el aula, y se posibilita la lúdica y recreativa, que acentúa las relaciones de los estudiantes y su sentido de convivencia social.

En el aspecto humano, la educación física, toma un papel preponderante, ya que permite el desarrollo de cualidades y valores de solidaridad que acrecientan el valor de la amistad y que evidencia en la integración de los estudiantes en las diferentes actividades.

Desde el punto de vista de salud, la practica física rutinaria y organizada en el tiempo, permite que el estudiante mejore sus capacidades funcionales desde lo corporal y lo funcional, mejorando notablemente, el comportamiento físico de los educandos y aumentado su calidad de vida y autoestima.

Dentro del entorno actual y el modelo de educación exigido por el MEN, la educación física entra a ocupar un papel muy importante dentro de los procesos formativos de niños y jóvenes. Es imprescindible el desarrollo corporal y lúdico, el desarrollo de valores a través de la interacción social, el manejo de roles y las responsabilidades que implican la práctica deportiva, artística y lúdica en un entorno cada vez menos acompañado por padres y familiares. “La escuela ya no es el segundo hogar, se ha convertido en el único hogar del niño”.

Por ultimo nos referimos al desarrollo psicomotor, basados en el esquema corporal, las capacidades físicas básicas y la asociación de conceptos de temporalidad y espacial refiriéndonos al medio físico general.

OBJETIVO GENERAL

Establecer procesos de desarrollo motor y físico acorde a los niveles escolares que permitan al estudiante alcanzar los estándares propios de su edad.

Utilizar los aprendizajes de la Educación Física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de su salud y bienestar, acorde a sus intereses y necesidades.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Generar procesos de análisis que faciliten el conocimiento de las necesidades de movimiento del estudiante de acuerdo a sus necesidades de desarrollo.
- Lograr el mejoramiento motor, socio-afectivo y psicológico mediante actividades física y de alto contenido lúdico
- Identificar las aptitudes en el ámbito de la educación física para un mejor desempeño motor o la orientación vocacional
- Participar en actividades físicas y recreativas en forma individual y comunitaria utilizando positivamente el tiempo libre.
- Valorar la importancia de la práctica de actividades físicas como medio de prevención de malas conductas.
- Resaltar los valores propios del medio para afianzar la identidad, el sentido de pertenencia y nacionalismo.

MARCO REFERENCIAL

El diseño curricular se encuentre bajo la responsabilidad de la dirección general de capacitación y perfeccionamiento docente, currículos y medios educativos, su división de diseño y programación curricular de educación formal del ministerio de educación nacional y la división de educación física y formación deportiva, del instituto colombiano de la juventud y el deporte.

De acuerdo con la Ley 115 de 1994, el área de educación física, recreación y deportes origina uno de los fines de la educación colombiana, una de las áreas fundamentales del currículo (artículo 23) y además constituye el proyecto pedagógico transversal de Tiempo Libre (artículo 14).

ESTRUCTURA DEL ÁREA

A partir de los referentes antropológicos considerados en una perspectiva pedagógica, se deriva la responsabilidad de la Educación Física, Recreación y Deportes para propiciar el desarrollo de la potencialidad motriz, el cuidado de sí mismo y de los otros, y las potencialidades comunicativas del cuerpo.

En estos términos, las competencias específicas de la Educación Física, Recreación y Deporte, planteadas en este documento, desde un enfoque integral del ser humano, están referidas a:

- **La competencia motriz**, entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia.

No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos de claridad y de orientación didáctica es necesario utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias.

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

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

Se debe resaltar que las competencias específicas del área de la Educación Física, Recreación y Deporte, expresan un *conocimiento vivencial* que implica una estrecha relación entre cuerpo, emoción y sentido. Toda acción supone la existencia de una

intención que le otorga sentido al movimiento e involucra la totalidad del ser humano en su realización. Quien al moverse sabe lo que va a hacer, tiene un repertorio de posibilidades para tomar decisiones, ejecutadas de acuerdo con un objetivo y un contexto determinado.

La formación por competencias en la Educación Física, Recreación y Deporte es una importante tarea educativa para ser desarrollada en el proceso formativo de los estudiantes durante el transcurso de su vida escolar y en los distintos niveles y grados educativos, desde preescolar hasta grado once, con base en un concepto de educación permanente, que se inicia en la primera infancia y continúa a lo largo de la vida. Aun después de concluir la escolaridad.

En el cuadro que aparece a continuación se ha realizado la selección de una línea de desempeños en cada una de las competencias específicas para mostrar las relaciones entre los grupos de grado (coherencia vertical) y entre las competencias específicas (coherencia horizontal).

Competencias Grados	Competencia motriz componente desarrollo motor	Expresiva corporal	Axiológica Corporal
De primero a tercero	Exploro posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.	Exploro manifestaciones expresivas para comunicar mis emociones (tristeza, alegría, ira, entre otras) en situaciones de juego y actividad física.	Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal, antes, durante y después de la actividad física.
De cuarto a quinto	Controlo, de forma global y segmentaria, la realización de movimientos técnicos.	Identifico técnicas de expresión corporal que llevan a la regulación emocional en situaciones de juego y actividad física.	Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud.
De sexto a séptimo	Relaciono las variaciones del crecimiento de mi cuerpo con la realización de movimientos.	Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida.
De octavo a noveno	Reconozco que el movimiento incide en mi desarrollo corporal.	Selecciono técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física.	Selecciono actividades físicas para la conservación de mi salud.
De décimo a undécimo	Selecciono técnicas de movimiento para mi proyecto de actividad física.	Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros en situaciones de juego y actividad física.	Organizo mi plan de actividad física de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PREESCOLAR	PERIODO: PRIMERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO				
DIMENSIÓN CORPORAL – MI SENSACIÓN CORPOREA				
ESTANDAR:				
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrolla habilidades sensorio-perceptivas como principal medio de aprehensión de su entorno. ▪ Potencia la creatividad y la toma de decisiones por medio de experiencias de interacción entre el entorno y sus sentidos corporales. ▪ Vivencia por medio del juego experiencias que permiten interactuar con sus compañeros y descubrir habilidades propias. 				
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTANDARES ESPECIFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO
<p>¿Cuáles son las partes de mi cuerpo?</p> <p>¿Qué función tiene las partes de mi cuerpo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identifica su esquema corporal ▪ Explica las partes del cuerpo y sus funciones ▪ Propone funciones motrices con cada una de sus segmentos corporales. ▪ Distingue diferentes tipos de sonidos, el timbre y la procedencia de los mismos. ▪ Amplia sus experiencias sensitivas a través del olfato, el oído y la vista. ▪ Controla formas básicas de locomoción y cambios de ritmo, privilegiando su sentido kinestésico. 	<p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<p>MI CUERPO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estructura. ▪ Funciones. ▪ Mis posibilidades táctiles ▪ Escucho con gusto el entorno de mi cuerpo ▪ Posibilidades de Movimiento ▪ Mis experiencias y mis sentidos. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reconoce su cuerpo y los alcances que tiene a través de sus sentidos. 2. Identifica sonidos, olores y figuras de su entorno. 3. Demuestra respeto por sus compañeros.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PREESCOLAR		PERIODO: SEGUNDO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN CORPORAL – EXPRESIÓN CORPOREA					
ESTANDAR:					
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrolla habilidades expresivas por medio de actividades gestuales. Diferencia habilidades expresivas frente a sus compañeros, favoreciendo la aceptación por las diferencias. Identifica variedad de expresiones en sus compañeros y el entorno que le rodea. 					
PREGUNTAS PROBLEMATIZAD ORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué puedo expresar con mi cuerpo?</p> <p>¿Cómo puedo explicar la expresión?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identifica la expresión corporal como forma de comunicación. ▪ Diferencia modalidades expresivas. ▪ Comprende la importancia de la expresión corporal para una mejor interacción y desarrollo. ▪ Reconoce las capacidades expresivas de los demás. ▪ Interpreta los significados expresivos que encuentra en la naturaleza. 	EXPRESIVA CORPORAL	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Que es expresarse? ▪ El ritmo corporal. ▪ La expresión rítmica. ▪ Significados a través de la expresión. ▪ Expresión con elementos ▪ Ritmo y música. 	<ul style="list-style-type: none"> • Utiliza la expresión como forma de comunicación. • Identifica diferentes ritmos y la expresión de los mismos. • Se expresa sin temor frente a los compañeros. • Valora y acepta su cuerpo y la de sus compañeros. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PREESCOLAR	PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO				
DIMENSIÓN – EL JUEGO				
ESTANDAR:				
<ul style="list-style-type: none"> ▪Desarrolla habilidades motrices básicas a través del Juego. Socializa por medio del juego, reconociendo sus habilidades corporales y las de sus compañeros. Mejora la confianza en si mismo en el logro de habilidades. Socializa e interactúa con los miembros de su familia por medio del juego. 				
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO
<p>¿Qué es el juego?</p> <p>¿Para que jugamos?</p> <p>¿Con que jugamos?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce el juego como medio de expresión y liberación de las actividades cotidianas.. ▪Diferencia los tiempos específicos para el juego dentro de las actividades cotidianas. ▪ Acepta el juego como herramienta de aprendizaje. ▪ Clasifica y organiza juguetes de acuerdo a colores, tamaños y formas. 	<p>COMPETENCIA MOTRIZ</p> <p>AXIOLÓGICA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪Que es el Juego?. ▪Que son los juguetes. ▪El juego en familia ▪Juego con elementos. ▪Rondas y canciones. ▪Juegos en casa 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce el valor personal y familiar del juego. • Respeto opiniones y diferencias de los demás. • Se responsabiliza y cuida los juguetes.

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PREESCOLAR		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ESPACIOS DE AVENTURA					
ESTANDAR:					
<ul style="list-style-type: none"> ▪Reconoce y respeta los espacios destinados para el juego dentro de su hogar . Demuestra sentido de pertenencia por su entorno a través de actitudes que evidencian responsabilidad y compromiso. Participa activamente en actividades de juego familiares. 					
PREGUNTAS PROBLEMATIZAD ORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Dónde jugamos?</p> <p>¿Cuál es la importancia del medio ambiente y mi entorno?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrolla habilidades y destrezas para los juegos y actividades al aire libre. ▪Identifica los posibles espacios de trabajo en la institución. ▪ Reconoce el entorno y los actores que hacen parte de él. ▪ Reconoce la importancia del medio ambiente dentro de su formación. 	<p style="text-align: center;">COMPETENCIA MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">SENSORIOMOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪Juegos de equilibrio y coordinación. ▪Exploración de espacios y terrenos.. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa activamente en actividades de familia. • Ejecuta juegos de equilibrio y coordinación • Demuestra respeto y cuidado por el medio ambiente y su entorno 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PRIMERO A TERCERO		PERIODO: PRIMERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ESQUEMA CORPORAL					
ESTANDAR:					
- Reconoce y desarrolla habilidades corporales básicas de acuerdo al alcance de su esquema corporal y el desarrollo físico propio de su edad.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cuál es la importancia del cuerpo y la relación con las actividades físicas?</p> <p>¿Por qué debo cuidar mi cuerpo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Nombra e identifica diferentes partes del cuerpo y sus respectivas funciones. ▪ Comprende la importancia y cuidado del cuerpo para un mejor desempeño físico. ▪ Diferencia el concepto entre tensión y relajación. ▪ Identifica las habilidades básicas y los gestos que denotan el dominio de las mismas. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">COMPETENCIA MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconociendo mi cuerpo. ▪ El cuerpo siente y percibe. ▪ Habilidades y destrezas físicas. ▪ Actividades físicas con elementos. ▪ Control físico. ▪ Juegos y actividades grupales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifican partes del cuerpo, su función e importancia • Fortalece su ajuste postural en actividades físicas de equilibrio, dinámicas y estáticas. • Demuestra concentración y atención para favorecer procesos de aprendizaje 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PRIMERO A TERCERO		PERIODO: SEGUNDO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL					
ESTANDAR:					
- Reconoce habilidades motrices básicas propias de su edad que le permiten su ubicación en el espacio, desarrollo físico y control postural					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTANDARES ESPECIFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
¿Qué importancia tiene el movimiento en mi proceso de formación?	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mejora sus reacciones de equilibrio en diferentes posturas y superficies. ▪ Diferencia los preconceptos de resistencia y empuje dentro de las actividades propuestas. ▪ Relaciona las consecuencias entre la base de sustentación y el equilibrio. ▪ Reconoce las diferentes habilidades motrices para la realización efectiva de actividades básicas de locomoción, traslación y ajuste postural. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">COMPETENCIA MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Que es el Movimiento? ▪ Relación entre el movimiento y la Actividad física. ▪ Formas básicas de locomoción. ▪ Cambios de ritmo y dirección. ▪ Trabajo en piso. ▪ El movimiento y la A.F. como forma de socialización. 	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra diferentes formas de locomoción. • Muestra cambios de dirección y ritmo durante la carrera. • Relaciona conceptos “arriba, abajo, delante, atrás” con las actividades propuestas. • Muestra respeto por las actividades y sus compañeros. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PRIMERO A TERCERO		PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – FORMACIÓN LÚDICA					
ESTANDAR:					
- Reconoce la importancia del juego dentro de los procesos “enseñanza – aprendizaje” y herramienta socializadora dentro de los procesos de trabajo en casa.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué es el Juego?</p> <p>¿Para que jugamos?</p> <p>¿Qué alternativas de juego puedo desarrollar en mi entorno?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce las cualidades físicas de diferentes materiales creando transversalidad con conceptos de ciencias naturales. ▪ Desarrolla habilidades motrices básicas por medio del juego en clase. ▪ Identifica el valor del aprovechamiento de recursos del medio ambiente y desarrolla la creatividad con los mismos. ▪ Utiliza de manera creativa materiales reciclables para la construcción de unidades lúdicas. 	<p style="text-align: center;">ACTITUDINAL</p> <p style="text-align: center;">COMPETENCIA MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Por que es importante el juego?. ▪ Aprovechamiento de recursos reciclables en construcción de juegos y juguetes. ▪ Alternativas de ubicación tiempo y espacio por medio de rondas y juegos. ▪ Cambios de ritmo y dirección. ▪ Trabajo al aire libre con materiales construidos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Respeta aportes de sus familiares en la construcción de materiales. • Valora los recursos naturales y sus diversas utilidades. • Es organizado con los materiales. • Disfruta de las actividades familiares haciendo uso de juegos construidos. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: PRIMERO A TERCERO		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – CONTROL CORPORAL					
ESTANDAR:					
<ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo de habilidades motrices generales y segmentarias a través de tareas de movimiento propias de los niveles de desarrollo que permiten la interacción social y el reconocimiento del propio cuerpo. - Realiza actividades en casa como parte del desarrollo motriz en compañía de su familia. 					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo solucionar problemas motrices usando diferentes elementos didácticos?</p> <p>¿Qué estrategias usar para el aprendizaje de habilidades y destrezas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrolla habilidades y destrezas de forma autónoma y automática en la ejecución de tareas de movimiento gimnásticas. ▪ Mejora el equilibrio a través de posiciones invertidas. ▪ Realiza acciones motrices básicas con materiales que le permiten la socialización en el aula. ▪ Desarrollo de tareas de movimiento de coordinación brazos – piernas y la relación relajación tensión durante la carrera. 	<p>PROCEDIMENTAL</p> <p>EXPRESIVA CORPORAL</p> <p>AXIOLÓGICA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ejecución de actividades para mejorar postura. ▪ Equilibrio estático y dinámico en superficies planas e inclinadas. ▪ Coordinación dinámica general por medio de desplazamientos, obstáculos y diferentes apoyos hace suyo de materiales en casa. ▪ Experimentar variedad de ejercicios con movimientos secuenciales 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce el valor del juego como elemento de socialización familiar. • Valora las posibilidades de movimiento que enriquezcan su desarrollo motriz. • Participa activamente en las actividades con ayuda de su familia. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: CUARTO - QUINTO		PERIODO: PRIMERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – CONSTRUYENDO Y JUGANDO					
ESTANDAR:					
- Desarrollo de habilidades motrices generales y segmentarias a través de tareas de movimiento propias de los niveles de desarrollo que permiten la interacción social y el reconocimiento del propio cuerpo.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo solucionar problemas motrices usando diferentes elementos didácticos?</p> <p>¿Qué estrategias usar para el aprendizaje de habilidades y destrezas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrolla habilidades y destrezas de forma autónoma y automática en la ejecución de tareas de movimiento gimnásticas. ▪ Mejora el equilibrio a través de posiciones invertidas. ▪ Realiza acciones motrices básicas con materiales que le permiten la socialización en el aula. ▪ Desarrollo de tareas de movimiento de coordinación brazos – piernas y la relación relajación tensión durante la carrera. 	<p style="text-align: center;">PROCEDIMENTAL</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ejecución de actividades que mejoran la postura corporal. ▪ Equilibrio estático y dinámico en superficies planas e inclinadas. ▪ Coordinación dinámica general por medio de desplazamientos, obstáculos y diferentes apoyos. ▪ Experimentar variedad de ejercicios con movimientos secuenciales 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa y muestra interés por las actividades propuestas. • Reconoce el valor del juego como elemento socializador. • Valora las posibilidades de movimiento que enriquezcan su desarrollo motriz. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: CUARTO - QUINTO		PERIODO: SEGUNDO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – RITMO, DANZA Y TEATRO					
ESTANDAR:					
- Propiciar posibilidades personales y grupales que permitan expresar y comunicar sentimientos a través de la música, la danza y el teatro.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZAD ORAS	ESTANDARES ESPECIFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué papel cumple el ritmo en el desarrollo físico?</p> <p>¿Cómo utilizo mi cuerpo para poder expresar mis sentimientos?</p> <p>¿Qué es la expresión corporal?</p>	<p>¿Qué papel cumple el ritmo en el desarrollo físico?</p> <p>¿Cómo utilizo mi cuerpo para poder expresar mis sentimientos?</p> <p>¿Qué es la expresión corporal?</p>	<p>¿Qué papel cumple el ritmo en el desarrollo físico?</p> <p>¿Cómo utilizo mi cuerpo para poder expresar mis sentimientos?</p> <p>¿Qué es la expresión corporal?</p>	<p>¿Qué papel cumple el ritmo en el desarrollo físico?</p> <p>¿Cómo utilizo mi cuerpo para poder expresar mis sentimientos?</p> <p>¿Qué es la expresión corporal?</p>	<p>¿Qué papel cumple el ritmo en el desarrollo físico?</p> <p>¿Cómo utilizo mi cuerpo para poder expresar mis sentimientos?</p> <p>¿Qué es la expresión corporal?</p>	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: CUARTO - QUINTO		PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – MI CUERPO Y MI ENTORNO					
ESTANDAR:					
- Propiciar espacios para la libre expresión y la interacción social de los niños en torno a las expresiones motrices y las relaciones con las condiciones de vida.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿De qué manera debo cuidar mi cuerpo?</p> <p>¿Qué son hábitos de vida saludable?</p> <p>¿Cómo se relacionan mis sentidos con la práctica de actividades físicas?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce las habilidades del su cuerpo y las debilidades por medio de la limitación temporal de algunos sentidos o segmentos corporales. ▪ Ejecuta actividades motrices en relación con su entorno como alternativa para un desarrollo integral. ▪ Identificar hábitos de vida cotidianos que le permitan un buen desarrollo corporal. ▪ Implementa habilidades motrices y analiza el beneficio de las mismas en su desarrollo. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Introyección en la práctica de hábitos de higiene corporal. ▪ Prácticas alimenticias sanas que son coherentes con los estilos de vida de los niños. ▪ Control de la respiración en relación con los movimientos. ▪ Implementación consiente de las diferentes normas de seguridad dentro de la clase. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce la Actividad física como forma de promoción de la salud. • Demuestra hábitos de higiene y alimentación sanos. • Concientización de las posibilidades y de las limitaciones corporales. • Toma de la conciencia postural. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: CUARTO - QUINTO		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – CREANDO Y RECREANDO					
ESTANDAR:					
- Actitud valorativa hacia los juguetes y el juego como medio socializador, para el aprendizaje significativo y la práctica de valores.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
¿Qué son los juegos tradicionales? ¿Qué juegos tradicionales se practican en mi región? ¿Qué juegos puedo construir con materiales reciclables?	¿Qué son los juegos tradicionales? ¿Qué juegos tradicionales se practican en mi región? ¿Qué juegos puedo construir con materiales reciclables?	¿Qué son los juegos tradicionales? ¿Qué juegos tradicionales se practican en mi región? ¿Qué juegos puedo construir con materiales reciclables?	¿Qué son los juegos tradicionales? ¿Qué juegos tradicionales se practican en mi región? ¿Qué juegos puedo construir con materiales reciclables?	¿Qué son los juegos tradicionales? ¿Qué juegos tradicionales se practican en mi región? ¿Qué juegos puedo construir con materiales reciclables?	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cócora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: SEXTO - SÉPTIMO		PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – MANIPULACIÓN Y DESTREZAS BÁSICAS					
ESTANDAR:					
- Combina las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos...					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué posibilidades de movimiento puedo desarrollar con base a mis capacidades motrices?</p> <p>¿Cómo puedo combinar los patrones de movimiento con las necesidades que me muestra el entorno?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Incrementa las capacidades motrices básicas cumpliendo las normas para la prevención de riesgos. ▪ Acepta las capacidades y limitaciones individuales frente a las condiciones físicas de sus compañeros. ▪ Interactúa con sus compañeros para el logro de metas colectivas. ▪ Valora la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de actividad física sobre su salud física y mental. 	<p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Locomoción y movimientos determinados. ▪ Coordinación y Ritmo. ▪ Formas básicas de locomoción, “La Marcha”. ▪ Carrera y Salto. ▪ Coordinación gruesa, transporte y manipulación ▪ Pase y Recepción 	<ul style="list-style-type: none"> • Maneja cambios de dirección, ritmo y velocidad durante la carrera. • Ejecuta variedad de saltos de acuerdo a las exigencias que se presentan en el entorno. • Muestra control de objetos en el gesto de pase y recepción. • Demuestra hábitos de salud e higiene acordes a su edad. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: SEXTO - SEPTIMO		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SU ARTICULACIÓN A LOS DIVERSOS COMPONENTES DEL DESARROLLO INTEGRAL.					
ESTANDAR:					
- Comprende el valor que tiene la actividad física para la formación personal y la importancia dentro del desarrollo integral del ser humano.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo influye la Actividad física en mi desarrollo personal?</p> <p>¿Qué son los hábitos de vida saludable y cómo influyen en el proceso de desarrollo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce y valora su potencial biológico y psíquico para la ejecución de tareas de movimiento. ▪ Comprende que la práctica física se refleja en su calidad de vida... ▪ Relaciona las emociones con estados fisiológicos del cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria)... ▪ Comprende y practica la relación entre actividad física y recuperación en la realización de los ejercicios físicos. 	<p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪Habilidades gimnásticas y actividades predeportivas. Giros, rollos y esquemas individuales y grupales ▪ Conducción y drible. ▪ Coordinación Óculo manual y óculo pédico. ▪Carrera, detenciones y cambios de ritmo. ▪Posiciones invertidas 	<ul style="list-style-type: none"> - Relaciona las variaciones del crecimiento del cuerpo con la realización de movimientos. - Comprende los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física. - Reconoce que la práctica física se refleja en la calidad de vida. - Identifica la importancia del tiempo para la actividad física y el juego. - Aplica los conocimientos adquiridos en clase. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: OCTAVO - NOVENO		PERIODO: PRIMERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – AXIOLÓGICA CORPORAL (CONDICIONES FÍSICAS)					
ESTANDAR:					
- Seleccionar técnicas de movimiento que se relacionen con las capacidades condicionales y permitan el desarrollo de las cualidades físicas específicas.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué son las cualidades físicas?</p> <p>¿Qué es la condición física?</p> <p>¿De qué manera influyen las cualidades físicas en el desarrollo deportivo y motriz?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Realiza de manera sistemática actividades físicas para el desarrollo de sus capacidades corporales. ▪ Valora la importancia de la práctica regular de actividades físicas, recreativas y predeportivas sobre el desarrollo físico y mental. ▪ Selecciona actividades para desarrollar durante los tiempos de ocio. ▪ Ejecuta tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo y cotidiano que requieren habilidades y destrezas complejas. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Conceptos básicos de Condición física. . Las cualidades físicas condicionales y coordinativas. Desarrollo de las cualidades físicas coordinativas. . Coordinación fina, coord. Gruesa, Equilibrio, Ritmo 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica los conceptos teóricos de Condición física y la relación con las cualidades físicas. - Desarrolla tareas de movimiento enfocadas al desarrollo de las capacidades motrices básicas. - Diferencia tareas de movimiento condicionales de las coordinativas. - Relaciona las capacidades motrices con la ejecución de movimientos de carácter deportivo. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: OCTAVO - NOVENO		PERIODO: SEGUNDO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – IDENTIFICACION DEPORTIVA Y RECREATIVA					
ESTANDAR:					
- Demuestra hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades deportivas durante el tiempo libre.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo influye la actividad física en el desempeño deportivo?</p> <p>¿Cómo influye la competencia deportiva en el desarrollo integral del estudiante?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reconoce las diferencias individuales y el carácter único de cada persona y se integra con facilidad a través de actividades lúdicas y/o deportivas. ▪ Reconoce las diferencias individuales y el carácter único de cada persona. ▪ Asume la responsabilidad personal para la construcción del bienestar colectivo. ▪ Comprende las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplica. 	<p>EXPRESIVA CORPORAL</p> <p>AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p>MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Fundamentos técnicos básicos de Baloncesto . Fundamentos técnicos básicos de Voleibol . Fundamentos técnicos básicos de Taekwondo . Ritmo y Danza . Test de valoración física 	<ul style="list-style-type: none"> - Realiza gestos técnicos básicos del baloncesto (driblin y pase) - Ejecuta gestos técnicos del voleibol (recepción y pase) - Establece esquemas musicales basados en la coordinación y ritmo. - Demuestra hábitos de vida saludable en el entorno escolar y familiar. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: OCTAVO - NOVENO		PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ACTIVIDADES PREDEPORTIVAS Y CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES					
ESTANDAR:					
- Desarrolla hábitos para la práctica organizada y responsable de deportes individuales y de conjunto que permitan el desarrollo de sus capacidades físicas condicionales.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Que son las capacidades físicas condicionales?</p> <p>¿Cuál es el significado de la velocidad, la resistencia, la flexibilidad y la fuerza?</p> <p>¿De qué manera influyen las capacidades condicionales en el desarrollo físico?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas... ▪ Realiza de manera sistemática ejercicio físico para mejorar las funciones orgánicas y corporales. ▪ Recupera, conserva y mejora el medio ambiente como escenario propicio para la práctica de la actividad física. ▪ Utiliza los pasatiempos como un aprestamiento creativo para el desarrollo de las cualidades físicas. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Conceptos teóricos de fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad. . Tareas de movimiento enfocadas al desarrollo de fuerza y velocidad. Tareas de movimiento enfocadas al desarrollo de la resistencia. Test de valoración física 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica los conceptos teóricos en relación con tareas de movimiento de la Fuerza y tipos de fuerza. - Velocidad y tipos de velocidad. (V. máxima, V. de reacción, V. de resistencia) - Desarrollo de la resistencia. VO2 Max - Actividades predeportivas enfocadas a las capacidades motrices condicionales. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: OCTAVO - NOVENO		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – HABILIDADES DEPORTIVAS Y FORMACIÓN LÚDICA					
ESTANDAR:					
- Reconoce la importancia del juego y el deporte, en su desarrollo socio-afectivo y como base de sus relaciones inter personales durante el tiempo libre.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo desarrollo relaciones socio afectivas a través del juego?</p> <p>¿De qué manera influye el deporte y la competencia en el desarrollo integral?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Decide las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego. ▪ Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización. ▪ Participa en la ejecución y organización de muestras de danzas regionales colombianas. ▪ Participa en la organización de actividades lúdicas dentro de un ambiente institucional. 	<p>AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p>MOTRIZ</p> <p>EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> . El juego como herramienta formativa. .Juegos tradicionales. .Habilidades gimnásticas de piso. .Esquemas gimnásticos de grupo .Revista gimnástica grupal, equilibrio, coordinación y ritmo. . Test de valoración física 	<ul style="list-style-type: none"> - Interactúa con sus compañeros por medio de actividades lúdicas. - Reconoce rasgos culturales de su entorno a través de los juegos tradicionales - Establece esquemas gimnásticos basados en la coordinación y ritmo. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: DECIMO – UNDECIMO		PERIODO: PRIMERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD					
ESTANDAR:					
- Posee autonomía y responsabilidad para el diseño y aplicación de programas de ejercicios que permiten la conservación de la salud psíquica y física...					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo influyen los hábitos de vida saludable en el desarrollo físico de la persona?</p> <p>¿Cómo desarrollar un plan de ejercicios que permitan el fortalecimiento físico y psíquico del estudiante?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Incorpora en los hábitos diarios la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios para mantener la salud física y mental. ▪ Asume la actividad física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva del sedentarismo y el estrés. ▪ Selecciona técnicas de movimiento para su proyecto de actividad física. ▪ Planifico el mejoramiento de mi condición física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Valoración física individual. . Conceptos básicos de entrenamiento deportivo. . Sistemas y estilos de acondicionamiento físico. . Desarrollo de programas de acondicionamiento físico individuales. 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica hábitos de vida saludable y los aplica en el contexto diario académico y familiar. - Elabora estrategias que buscan el mejoramiento de un plan de entrenamiento. - Reconoce hábitos de higiene y salud física articulados con un plan de entrenamiento físico. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: DECIMO – UNDECIMO		PERIODO: SEGUNDO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – OCIO Y TIEMPO LIBRE					
ESTANDAR: Asume la Educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECÍFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué es el Tiempo Libre y cómo influye en mi calidad de vida?</p> <p>¿Cómo enfocar actividades de Ocio como herramienta socializadora que contrarresten el sedentarismo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Concientiza a los compañeros del buen uso del tiempo libre y el juego. ▪ Valora el tiempo de ocio para la formación y toma el juego como una alternativa importante. ▪ Asume con autonomía y compromiso propio, o con los compañeros, las decisiones sobre el momento de juego. ▪ Aplica en la vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables. 	<p>AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p>MOTRIZ</p> <p>EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Concepto teórico de Tiempo Libre. . El tiempo libre y el desarrollo integral del niño. .Actividades para el uso adecuado del tiempo libre . Expresión rítmica y corporal como elemento fundamental del ocio. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce actividades físicas, lúdicas y recreativas como alternativa para el uso adecuado del tiempo Libre. - Desarrolla actividades que contrarrestan el sedentarismo y el estrés en el marco de la familia y la escuela - Utiliza el juego como alternativa de Ocio dentro del uso adecuado del tiempo Libre. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: DECIMO – UNDECIMO		PERIODO: TERCERO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA Y SISTEMAS DE COMPETENCIA					
ESTANDAR: - Lidera, planifica y administra de manera concertada proyectos lúdicos, deportivos y recreativos en el ambiente institucional y comunitario.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTÁNDARES ESPECIFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Qué es la administración deportiva?</p> <p>¿Cómo podemos desarrollar el espíritu de emprendimiento en el estudiante por medio de la administración deportiva?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Domina los conceptos básicos de la organización y administración de eventos deportivos, recreativos y de acondicionamiento físico y los aplica en la comunidad. ▪ Organiza, administra y apoya torneos deportivos en la institución y la comunidad. ▪ Conformar equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. ▪ Utiliza las actividades deportivas como un medio eficaz para relacionarse con diferentes grupos sociales. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<p>. Conceptos básicos sobre Administración deportiva.</p> <p>. Organización deportiva en Colombia.</p> <p>- Eventos y tipos de eventos</p> <p>.Sistemas de competencia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica la Administración deportiva como una herramienta social para el desarrollo comunitario. - Identifica los beneficios e inconvenientes de la administración deportiva en el entorno social - Maneja sistemas de competencia para la realización de un evento deportivo. 	

INSTITUCIÓN EDUCATIVA ANTONIO NARIÑO
Registro Educativo N° 10012476 – DANE 273001002844-NIT. 809002779-2
Resolución Aprobación Estudios N° 71.003052 de Noviembre 19 de 2013
Corregimiento 03 Coello Cocora Municipio de Ibagué

ASIGNATURA: EDUCACIÓN FÍSICA DEP Y REC		GRADO: DECIMO – UNDECIMO		PERIODO: CUARTO	
DOCENTE: MANUEL ALFONSO GALINDO GALEANO					
DIMENSIÓN – ANTROPOMETRÍA Y ENTRENAMIENTO					
ESTANDAR: Lidera, planifica y administra de manera concentrada programas de acondicionamiento físico y control antropométrico en un ambiente institucional y comunitario.					
PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS	ESTANDARES ESPECIFICOS	COMPETENCIAS	CONCEPTOS BÁSICOS DE APRENDIZAJE	DESEMPEÑO	
<p>¿Cómo influyen los procesos deportivos en el desarrollo social de una comunidad?</p> <p>¿Cómo desarrollar un plan de ejercicios que permitan el fortalecimiento físico y psíquico del estudiante?</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elabora un plan de condición física teniendo en cuenta fundamentos fisiológicos, técnicos y metodológicos. ▪ Organiza su plan de actividad física, de acuerdo con los intereses y concepción sobre salud y calidad de vida. ▪ Define con precisión y autonomía su proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. ▪ Aplica conocimientos sobre la relación actividad física - pausa- actividad física, en mi plan de condición física. 	<p style="text-align: center;">COGNITIVA</p> <p style="text-align: center;">AXIOLÓGICA CORPORAL</p> <p style="text-align: center;">MOTRIZ</p> <p style="text-align: center;">EXPRESIVA CORPORAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> . Conceptos básicos de Antropometría. . Toma de datos y seguimiento al desarrollo corporal. .Perímetros corporales, Circunferencias y pliegues cutáneos. . Test de valoración física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce conceptos básicos para la valoración y el control de programas de entrenamiento. - Aplica los conocimientos de valoración física para el control y seguimiento de los procesos de entrenamiento. - Reconoce y aplica baterías de test. 	

ANEXO
ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE 2020

1. Socialización y entrega de guías de manera física y virtual con los contenidos teóricos de cada uno de los periodos cada 15 días.
2. Utilización de herramientas virtuales tales como Plataforma de la IEAN Colegios OnLine <http://ieantoninarinocoello.colegiosonline.com/index.php>, grupos de difusión de Whatsapp, herramientas de reunión virtual como ZOOM, MEET o HANGOUTS o en algunos casos YOUTUBE.
3. Se respetarán los parámetros de comportamiento establecidas previamente dentro de los grupos o sesiones virtuales de Educación Física.
4. Se tendrá en cuenta la asistencia a las sesiones de clase dentro de la nota del ser, sin embargo, no será causa para reprobar la asignatura.
5. Se trabajará por medio de Audios, Trabajos escritos y Videos con tiempo limitado con el fin de poner en práctica las diferentes Competencias de comunicación, expresión corporal y trabajo físico para el seguimiento por parte del docente.
6. Seguimiento y Evaluación del trabajo realizado por parte de los estudiantes de manera semanal durante las horas correspondientes en cada uno de los horarios.
7. La entrega de actividades y evidencias deberá ser con el uniforme de Educación Física
8. La aprobación de la asignatura estará sujeta a la entrega de por lo menos el 75% de las guías dentro de los tiempos establecidos durante el periodo.

PLANES DE ASIGNATURA QUE CONFORMAN EL AREA

EDUCACION FISICA	INTENSIDAD HORARIA
SEMANTAL	2 HRS
PERIODO	20 HRS
ANUAL	80 HRS

METODOLOGIA

El programa parte de las necesidades del alumno, los contenidos responden a los objetivos basados en ellas y se logran mediante actividades; sus alcances se determinan por medio de la evaluación que al efectuarse, da información de retorno para el reajuste de todo o parte del proceso. Así pues la metodología en la Educación Física, se plantea como el estudio de los procesos en la aplicación del trabajo que facilita la eficiencia en la enseñanza-aprendizaje. Permite la revisión de los diferentes componentes del plan, en la medida que detectan avances en las aplicaciones del mismo o se noten deficiencias o suficiencias en cualquiera de las partes. Por ejemplo: si el medio permite al alumno un mayor grado de eficiencia en la coordinación ojo-mano por la ejercitación de juegos como baloncesto o voleibol, deberán efectuarse otras actividades que conlleven al desarrollo de diferentes habilidades como coordinación ojo-pie, equilibrio, resistencia, destreza e implica planeación integrada de conocimientos, todo esto con base a las posibilidades de espacio y recursos establecidas dentro de la infraestructura de la institución y las diferentes sedes.

EVALUACION Y PLAN DE MEJORAMIENTO

La evaluación se considera como un proceso constante y permanente de inclusión, donde se posibilita que todos los estudiantes tengan diferentes posibilidades de ser evaluado de forma justa y equilibrada, desde la perspectiva de la ética debe conducir a un proceso reflexivo que permite analizar todas las actividades de la practica educativa, con lo cual se busca promover cambios que procuren el crecimiento integral de la persona, por ello se debe tener en cuenta aspectos fundamentales como:

- ☺ Evaluación inclusiva del saber
- ☺ Evaluación inclusiva del ser
- ☺ Evaluación inclusiva de procesos - hacer

Desde esta perspectiva se aplica la evaluación inclusiva teniendo en cuenta aspectos como:

1. Dinámicas de grupo de carácter lúdico
2. Convivencias y Salidas pedagógicas.
3. Talleres de preparación física y atlética
4. Presentación técnica de gestos deportivos
5. Desempeño físico a través de la participación y el comportamiento.
6. Presentación de circuitos físicos
7. Ayudas audiovisuales (películas)
8. Presentación de test valorativos de campo
9. Clases de Natación y Taekwondo
10. Torneos Internos
11. Campamentos
12. Días deportivos.

RECURSOS

RECURSOS FISICOS

El área de Educación Física cuenta con recursos básicos para el desarrollo del Plan de Área.

- 7 colchonetas
- 5 balones de futbol
- 12 ajedrez.
- 20 lazos
- 30 conos
- 6 balones de voleibol
- 20 aros
- 1 malla de voleibol
- 30 Platos
- 10 flotadores para natación
- 1 Multifuerza
- 2 Bancos Inclinaados
- 2 Elípticas
- 1 Bicicleta estática
- 2 Escaladoras personales
- 2 Caminadoras
- 1 Banco plano
- 2 Máquinas para abdomen

Annualmente se realiza la gestión de materiales para el área a fin de poder brindar nuevas alternativas en el desarrollo del Plan de asignatura cada año.

RECURSOS HUMANOS

Características de los estudiantes, son jóvenes que a pesar de sufrir muchas necesidades económicas se interesan por dar cumplimiento a las exigencias de la materia a la medida en que ellos puedan, es necesario resaltar el empeño para la realización de las actividades físicas, pese a la mala alimentación que reciben, como también al factor climático que interviene directamente en la clase ya que algunas horas de clase se encuentran en horario de medio día y no contamos con zonas sombreadas quedando expuesto directamente al sol, lo que disminuye su rendimiento y lo desmotiva, para luego, realizar el recorrido de regreso a sus casa en un largo trayecto en tiempo y distancia.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2020

ENERO

Conducta de entrada y presentación del Área a cada uno de los grados.

FEBRERO

Convocatoria e inicio para el proceso de inscripción de ***SUPERATE INTERCOLEGIADOS 2020***

ABRIL

Inicio del ***Torneo Intra mural WORLD CUP IEAN 2020***

Participación en ***SUPERATE INTERCOLEGIADOS 2020***

MAYO

Natación I

Actividad de Fundamentación técnica en Iniciación y Afianzamiento en Natación

AGOSTO

Natación II

Actividad de Fundamentación técnica en Iniciación y Afianzamiento en Natación

SEPTIEMBRE

Semana Cultural IEAN 2020

Ciclo paseo “Por las montañas de Cocora”

Carrera de Observación

Festival de Juegos Tradicionales

OCTUBRE

Finales y clausura del ***Torneo Intra mural WORLD CUP IEAN 2020***

Centro Recreacional Comfenalco Picaleña

NOVIEMBRE

Natación III

Actividad de Fundamentación técnica en Iniciación y Afianzamiento en Natación

BIBLIOGRAFIA

- DESARROLLO DE LA EXPRESIVIDAD CORPORAL, Milagros Arteaga Checa
Ed. INDE. 2006
- ENSEÑAR POR COMPETENCIAS EN EDUCACION FISICA, Domingo Blázquez
Ed. INDE. 2009
- MANUAL DE EDUCACION FISICA, Carlos Echavarría Gómez
Ed. PAIDOTRIBO. 2008
- EL JUEGO EN LA EDUCACION FISICA BASICA, Gladys Helena Campos
Ed. KINESIS. 2000
- TEORIA DE LA EDUCACION FISICA, Jaqueline Jaques Tocqueville
Ed. KINESIS. 2002
- ACTIVIDAD FISICA Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE, Lluís Caprevilla Ortiz
Ed. UNIVERSITARIA. 2005
- EDUCACION FISICA Y SALUD INTEGRAL, Eduardo Medina Jiménez
Ed. PAIDOTRIBO. 2003