



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

MALLA DE APRENDIZAJE EDUCACION FÍSICA 2022

La mesa de Educación física de la Institución Educativa San Rafael, toma como documento orientador para la formulación de la malla de aprendizajes LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES, propuesta construida por docentes de educación física del departamento, a través de un trabajo investigativo proyectivo liderado desde la Gobernación de Antioquia, con el apoyo de la Secretaría de Educación para la Cultura de Antioquia y el Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia e Indeportes Antioquia.

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se fundamentan especialmente en la Constitución Política de 1991 y en la Ley General de la Educación (Ley 115 de 1994), las cuales han propuesto, en sus políticas de desarrollo, emprender la transformación del sistema educativo, para responder a los retos que plantea el mejoramiento de la calidad de vida como tarea de la modernidad en el contexto de la globalización.

Según la Ley 115 de 1994 en sus artículos 5.º y 23.º el área de educación física, recreación y deporte hace parte de los fines de la educación colombiana; es una de las áreas fundamentales del plan de estudios y constituye, además, un proyecto obligatorio transversal. De acuerdo con este punto de vista integrador, la educación física y los aportes que promueve desde la motricidad, no sólo desempeña un papel fundamental en la formación personal de los individuos, sino que contribuye con el desarrollo humano de la sociedad colombiana.

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se presentan en tres grandes grupos:

— Lo **perceptivo motriz** es una dimensión “directamente derivada de la estructura neurológica, específicamente dependientes del funcionamiento del sistema nervioso central” (Castañer y Camerino, 1996: 38). A través de diferentes actividades de clase, se busca que el estudiante adquiera la diferenciación sensorial de su cuerpo y el conocimiento del mundo exterior, desarrollando los conceptos espacio y tiempo.

— Lo **físico motriz** es de carácter predominantemente cuantitativo, motivo por el cual su desarrollo y evolución es más fácilmente evaluable y observable (crecimiento y desarrollo de masa o funciones de algunos órganos y sistemas del cuerpo, como el muscular, óseo, respiratorio, eficiencia y eficacia en las relaciones espacio- tiempo durante la ejecución de tareas motrices, medición de cargas en kg, etc.). Lo físico motriz influye interactivamente en el desarrollo de las capacidades perceptivomotrices, de las capacidades coordinativas, en el aprendizaje de habilidades motrices básicas y en el perfeccionamiento de habilidades específicas requeridas en la práctica de diversas actividades de carácter deportivo, artístico, lúdico y laboral, aspectos que hacen parte de la vida del ser humano.

— Lo **socio motriz** está [...] estructurado de manera compleja y complementaria por las dimensiones introyectiva, comunicativa y la interacción, asuntos que se develan y expresan por medio del juego colectivo, la imaginación, la expresión y la creatividad (Uribe et ál., 2003:76).

Si estos contenidos de la educación física, la recreación y el deporte se abordan desde una perspectiva integral del ser humano, se podrá trascender la búsqueda de objetivos centrados en el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas, para potenciar otras capacidades humanas, que aporten a la búsqueda de una mejor calidad de vida, en sintonía con el desarrollo humano individual y colectivo.

PROCESOS DE FORMACIÓN

Desde una nueva perspectiva curricular, fundamentada en los Lineamientos Curriculares del Ministerio de Educación Nacional, se abre el abanico de posibilidades para abordar en área de educación física, entendiendo que el ser humano es integral y que no se puede reducir a una ejercitación del cuerpo, en un tiempo y en un espacio. Por eso, la nueva perspectiva invita a abordar esta importante área, desde otros procesos mas integrales y formativos para el ser humano y para la construcción colectiva de la cultura.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

A continuación, una breve descripción de cada uno:

-Desarrollo Físico y Motriz: “Comprende procesos de conocimiento, desarrollo, valoración, cuidado y dominio del cuerpo para el cultivo de las potencialidades de la persona y adquisición de nuevos modelos de movimiento” (Lineamientos Curriculares de Educación Física, pág. 36). Teniendo en cuenta las características del medio, la cultura y el desarrollo propio de cada uno de los estudiantes, a través del área de educación física se enseñan y se perfeccionan algunos aspectos del desarrollo motriz tales como: la postura, las cualidades físicas condicionales y en general todo lo que tiene que ver con el dominio del cuerpo en relación con el movimiento. El desarrollo motriz, desde esta mirada de los lineamientos curriculares, comprende la evolución armónica de la motricidad humana, considerando: la edad, el esquema corporal, el equilibrio y la coordinación, la lateralidad, la respiración, la relajación, así como las cualidades perceptivo motrices de percepción espacial y temporal.

Por otro lado, la condición física se determina por el desarrollo de las cualidades condicionales: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, las cuales están determinadas por el crecimiento físico y la acumulación de energía en el cuerpo por parte de cada individuo

-Organización del Tiempo y el Espacio: “El hombre se mueve en un tiempo y en un espacio y las nociones de este tiempo y espacio se construyen culturalmente en la propia experiencia. Esta experiencia se da en la relación con el medio en donde el hombre percibe y adquiere conceptos sobre las relaciones (espaciales y temporales) existentes entre los objetos del medio ambiente, los sucesos y él mismo y entre los objetos y los sucesos mismos”. (Lineamientos curriculares de Educación física, pág. 37). La educación física se debe ocupar, desde todos los niveles y grados de trabajar por el desarrollo de estas dos variables: espacio y tiempo, ya que son determinantes en el desarrollo físico motriz del estudiante.

Interacción Socio Cultural: “El ser humano se constituye de acuerdo con su cultura y las situaciones de su propia vida que determinan aprendizajes sociales directos, independientes de la educación formal, pero que son susceptibles de ser influidos por ella”. (Lineamientos curriculares de Educación física, pág. 39)

Dentro de la propuesta curricular de la educación física, se incluyen actividades orientadas por las mismas prácticas culturales del contexto. A través de las clases se generan proyectos lúdicos, deportivos y cultural que influyen significativamente en el estudiante y la comunidad, especialmente en la media académica. Es así como se llevan propuestas de trabajo a las sedes rurales, se participa activamente en la Fiesta de la Antioqueñidad y actos culturales y se promueven los juegos deportivos interclases en los descansos pedagógicos.

Además, en las clases de educación física se abordan temas tales como: la nutrición, la salud, la sexualidad, el cuidado del cuerpo, la actitud postural; y en el aspecto social se hace énfasis en el respeto y la valoración de los otros, del medio ambiente y de los materiales que se usan, tanto en los escenarios institucionales, como municipales, enseñando a los niños y jóvenes a valorar y cuidar el entorno.

-Formación y Realización Técnica: “Las habilidades y destrezas motrices se desarrollan en el individuo de acuerdo con su naturaleza, necesidades, capacidades y exigencias sociales. La habilidad motriz se entiende como un tipo de capacidad del sujeto para ejecutar una determinada acción motriz con menor o mayor dominio y nivel de calidad y eficiencia”. (Lineamientos curriculares de Educación física, pág. 39)

En las primeras edades, desde el área de educación física se trabaja especialmente las habilidades básicas de desplazamiento, salto, giro, lanzamiento, recepción, manipulación. El área de educación física, propone para los grados comprendidos entre transición y tercero de primaria el trabajo de habilidades básicas de desplazamiento, salto, giro, lanzamiento, recepción y manipulación.

En los grados cuarto y quinto, se orientan actividades para el desarrollo de habilidades genéricas tales como: bote, golpeo, conducción, finta, parada, intercepción, lanzamiento, a través de juegos pre deportivos grupales, ya que la institución educativa no cuenta con los materiales adecuados ni suficientes para un trabajo más individualizado que permita mejores resultados en el desarrollo técnico de los estudiantes, como siempre se ha pretendido en proyectos educativos de este tipo.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

-Expresión Corporal: “A través de los procesos de expresión corporal se busca el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal. Se trata de explorar la actitud corporal como lenguaje y abrir las posibilidades de diversos gestos que llevan a la manifestación interior y a la creación estética” (Lineamientos curriculares de Educación física, pág. 40)

A través de la expresión corporal, se vive y se aprecia la acción motriz, y la estética en el movimiento, enriqueciendo de este modo la cultura. La expresión corporal permite sentir, imaginar, manifestar emociones, transformar, reconocer y apreciar la existencia humana, en relación con el entorno y con los otros seres que lo habitan.

-Recreación y Experiencia Lúdica: “La recreación como experiencia lúdica es un proceso particular de múltiples interrelaciones con las dimensiones del desarrollo humano. La recreación en la I.E San Rafael se vivencia a través de diversas actividades programadas desde los proyectos transversales y se convierten además en un espacio para la integración de la comunidad educativa” (Lineamientos curriculares de Educación física, pág. 41)

En las clases de educación física, la recreación, se convierte en una experiencia lúdica y se hace visible a través del juego. En este sentido, el bagaje cultural de dichos juegos se convierte en la bitácora para trabajar, convirtiéndose en la principal estrategia pedagógica para desarrollar los demás aprendizajes planteados en el plan de área.

El juego permite además el aprendizaje de la norma y de respeto, dentro de una comunidad, se vivencia y experimenta a través de múltiples formas de actuar y de relacionarse en el cuerpo social.

ARTICULACIÓN DE LAS ÁREAS DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES CON LOS PROYECTOS OBLIGATORIOS DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y CATEDRA ESCOLAR DE TEATRO Y ARTES ESCÉNICAS.

En el proceso de enseñanza aprendizaje del área de educación física, recreación y deporte, facilita el desarrollo de los proyectos pedagógicos articulados con el proyecto de aprovechamiento del tiempo libre desde el grado 1 hasta el grado once.

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se presentan en tres grandes grupos: lo **perceptivo motriz**, lo físico motriz y lo socio motriz. Estas competencias se desarrollan a través de procesos formativos tales como el desarrollo físico y motriz, organización del tiempo y el espacio, interacción socio cultural, formación y realización técnica y recreación y experiencia lúdica. Es así como desde estos procesos se porta al proyecto de aprovechamiento del tiempo libre ya que la recreación en la IE San Rafael se vivencia a través de diversas actividades programadas desde los proyectos transversales y se convierten además en un espacio para la integración de la comunidad educativa.

En las clases de educación física y en los descansos pedagógicos, la recreación, se convierte en una experiencia lúdica y se hace visible a través del juego. el juego permite además el aprendizaje de la norma y de respeto, dentro de una comunidad, se vivencia y experimenta a través de múltiples formas de actuar y de relacionarse en el cuerpo social.

A través del proceso formativo desde la expresión corporal se aporta significativamente al proyecto de catedra escolar de teatro y artes



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

escénicas, ya que se busca el desarrollo de las potencialidades comunicativas del movimiento corporal, explorando la actitud corporal como lenguaje y abriendo las posibilidades de diversos gestos que llevan a la manifestación interior y a la creación estética. a través de la expresión corporal, se vive y se aprecia la acción motriz, y la estética en el movimiento, enriqueciendo de este modo la cultura, la expresión corporal permite sentir, imaginar, manifestar emociones, transformar, reconocer y apreciar la existencia humana, en relación con el entorno y con los otros seres que lo habitan.

APRENDIZAJES POR GRADOS, CONTENIDOS EN LA MALLA DE EDUCACIÓN FÍSICA CON EL PROYECTO DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN LA BÁSICA PRIMARIA Y BÁSICA SECUNDARIA

Estándar (Grado 1 a 3)

-Adquiere y desarrolla habilidades motrices y coordinativas mediante las expresiones motrices, que le permitan conocer el entorno y las relaciones con los demás.

-Evidencia de aprendizaje grado primero tercer periodo

-Valora y protege el medioambiente donde desarrolla las diferentes actividades lúdico-recreativas.

-Experimenta y utiliza las habilidades motrices básicas para relacionarse con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones.

-Participa en juegos colectivos que le permitan afianzar las relaciones de amistad.

-Evidencia de aprendizaje grado segundo tercer periodo

-Potencia valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos.

-Colabora a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades.

-Asume con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas.

-Se relaciona con los compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región.

-Evidencia de aprendizaje grado tercero tercer periodo

-Manifiesta creatividad cuando ejecuta actividades motrices grupales.

-Acepta y respeta las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las compañeras.

-Cuida su cuerpo y el de los compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades.

-Se relaciona con los compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región.

-Acepta la victoria y la derrota como elementos propios del juego.

-Construye, con los compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeta las establecidas.

-Estándar (Grados 4,5)



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

-Fortalece las habilidades motrices básicas, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno escolar para interactuar con los compañeros.

Evidencia de aprendizaje grado cuarto y quinto tercer periodo

-Acepta las sugerencias dadas por el/la profesor/a y los compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participa en juegos de cooperación y oposición.

-Se integra a través del juego, relacionándose con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúa con los compañeros y compañeras.

-Acepta el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con los compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento del desempeño.

-Estándar (Grados 8 y 9)

Afianza y fortalece las habilidades y capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices, que me permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que lo rodean y los espacios en que habitan.

-Evidencias de aprendizaje.

-Componente socio motriz, practica valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y respeto durante las prácticas de las expresiones motrices que le permitan convivir con sus semejantes.

-Reconoce los espacios naturales y artificiales con los que cuenta el entorno inmediato, que le permitan cuidarlo y utilizarlo como medio de la educación física la recreación y el deporte.

Aprendizajes por grados, contenidos en la malla de educación física, con el proyecto de cátedra escolar y artes escénicas en básica secundaria:

Nota: en la básica secundaria se trabaja en educación física y en la básica primaria en este proyecto se desarrolla desde el área de educación artística

Estándar. (Grados 6 y 7)

Aplica y experimenta las diferentes habilidades motrices y específicas a través de las expresiones motrices, que le permitan interactuar con la cotidianidad con la cultura local y regional.

En los grados cuarto y quinto en educación física, se trabajará el proyecto aprovechamiento del tiempo libre mediante la realización de torneos interclases de microfútbol y baloncesto en los descansos pedagógicos.

Programa de Articulación con la Media- Doble Titulación

La Institución Educativa San Rafael se ha vinculado al programa de Articulación con la Media- Doble Titulación, esta es una iniciativa del Gobierno Nacional liderado por el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA y el Ministerio de Educación MEN, que permite a los estudiantes de la Educación Media graduarse con dos títulos: el primero que los acredita como bachilleres y el segundo como técnicos del SENA, el cual permite fortalecer sus competencias laborales y ofrece oportunidades en el sector productivo del país.

Esta articulación implica el desarrollo de competencias transversales en el área de,



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

Educación física

COMPETENCIA	GRADO
Desarrolla habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social.	10º
Practica hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene.	10º
Ejecuta actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social.	11º
Implementa un plan de Ergonomía y Pausas Activas según las características de la función productiva.	11º

GLOSARIO

Los **acuerdos pedagógicos** se refieren al “núcleo teórico que configura el fundamento conceptual y el marco de referencia obligado de toda acción pedagógica” (Flórez y Vivas, 2007); para el caso del municipio de San Rafael, constituyen los referentes dinamizadores del quehacer educativo, señalan los compromisos, responsabilidades y transformaciones necesarias en los procesos formativos, éstos deben corresponder a las características y necesidades del contexto.

Las **mallas de aprendizaje** son un recurso para el diseño curricular de los establecimientos educativos en sus distintos niveles. Estas llevan al terreno de lo práctico los Derechos Básicos de Aprendizaje -DBA. (Documento para la implementación de los DBA, MEN, p.3).

Una **competencia** es la capacidad que integra nuestros conocimientos, potencialidades, habilidades, destrezas, prácticas y acciones, manifestadas a través de los desempeños o acciones de aprendizaje propuestas en cada área. Podemos reconocerla como un saber hacer en situaciones concretas y contextos específicos.

Las competencias se construyen, se desarrollan y evolucionan permanentemente de acuerdo con nuestras vivencias y aprendizajes. (Matriz de referencia, MEN).

La mesa de educación física adopta los **estándares básicos de competencias**, entendiéndolos como los referentes de lo que todo niño, niña y joven debe saber y saber hacer, para lograr el nivel de calidad esperado a su paso por el sistema educativo. Teniendo en cuenta que dichos estándares están por conjuntos de grado, la mesa de educación física adapta algunos, en especial, los presentados para el grado menor de cada conjunto de grados (ejemplo grado cuarto) un estándar con menor complejidad y deja el estándar de manera textual, para el segundo grado del conjunto de grados (siguiendo con el ejemplo para el grado quinto) (Tomado de Estándares Básicos de Competencias, MEN, p. 10).

Los Aprendizajes corresponde a los conocimientos, capacidades y habilidades de los estudiantes, atendiendo a la pregunta ¿qué procesos esperamos que adquiera el estudiante frente a las acciones pedagógicas propuestas en una evaluación, situación o contexto determinados? (Matriz de referencia, MEN).

Las evidencias de aprendizaje, son los productos que pueden observarse y comprobarse para verificar los desempeños o acciones a los que se refieren los aprendizajes, de tal manera que permiten confirmar las competencias, conocimientos o habilidades con los que cuentan los estudiantes. (Matriz de referencia, MEN) En el área de Educación física, la progresión de aprendizajes se presenta más concretamente en las evidencias de aprendizaje, basados en los estándares básicos de competencias, en cada uno de los grados, agrupados de primero a tercero, cuarto y quinto, sexto y séptimo, octavo y noveno, décimo y once.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

ESTRUCTURA DE LA MALLA DE EDUCACION FÍSICA

PRESENTACIÓN: El área de educación física, orienta su proceso de enseñanza aprendizaje, desde la perspectiva de una propuesta de investigación educativa denominada: “Estándares básicos de competencia para el área de Educación Física, recreación Y deportes en el departamento de Antioquia”

En concordancia con dicha propuesta, para la ejecución del proceso educativo del área, cada docente será autónomo en la organización de la enseñanza planteada para cada periodo, teniendo en cuenta los **estándares básicos de competencia**, y los tres componentes allí planteados: perceptivo motriz, físico motriz y socio motriz; componentes que se integran y se articulan entre sí, a través de los diferentes **procesos de formación**, pero que no permiten dividirlos o seccionarlos por grado o por periodo.

En la misma línea, se debe tener en cuenta, los diferentes contextos de cada una de las sedes educativas, puesto que en ellas hay diversidad en la formación de docentes y monitores deportivos, cada uno con diferentes estilos y creatividad en la enseñanza, en los contextos socioculturales, infraestructura deportiva, materiales para trabajar, pero orientados siempre por las evidencias planteadas para cada conjunto de grados.

A continuación, se presenta la estructura general de la malla curricular de Educación Física, para las instituciones y sedes educativas del municipio de San Rafael, estructurando en cada conjunto de grados, la **progresión de aprendizajes** y las **evidencias de aprendizaje**, distribuidas en los componentes: perceptivo motriz, físico motriz y socio motriz

Teniendo en cuenta los anteriores argumentos, será entonces el **plan de periodo**, que diseñe cada docente, el documento que permita evidenciar con detalle, el **qué**, el **para qué** y el **cómo** de los aprendizajes propuestos a los estudiantes, sin perder de vista las evidencias aquí planteadas, las orientaciones didácticas y los procesos de formación propios del área, así como los **acuerdos pedagógicos institucionales**.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

ÁREA: EDUCACION FÍSICA GRADOS: 0, 1, 2 3	COMPETENCIAS ESPECIFICAS ¹ Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal	GRUPOS DE ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA ² 1. Perceptivo motriz 2. Físico motriz 3. Socio motriz
---	---	--

PROGRESIÓN DE APRENDIZAJES EN LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS			
TRANSICIÓN	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
Reconoce su cuerpo y demuestra sus posibilidades motrices para la interacción con el entorno, con los objetos, los juguetes, los elementos y las personas que le rodean.	Adquiere y desarrolla las habilidades motrices básicas: correr, saltar, caminar, lanzar y atrapar mediante diversas actividades motrices jugadas que le permiten conocer y disfrutar el entorno escolar.	Adquiere y desarrolla las habilidades motrices básicas y coordinativas, mediante juegos y ejercicios que le permiten disfrutar del entorno escolar, del medio natural y de la relación con los demás compañeros y docentes	Adquiere y desarrolla habilidades motrices básicas y coordinativas, mediante las expresiones motrices que le permiten conocer el entorno y relacionarse con los demás.
EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE			
COMPONENTE: PERCEPTIVO MOTRIZ			
TRANSICION	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
<ul style="list-style-type: none"> -Explora e identifica las diferentes partes de su cuerpo. -Experimenta diferentes juegos de equilibrio en variadas superficies. -Explora e identifica, mediante los sentidos, los espacios, las texturas, el peso y la temperatura. -Propone e imagina diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de la clase. -Reconoce la diferencia de género por medio de actividades grupales. -Potencia la imaginación y creatividad por medio de la construcción de juguetes. -Reconoce los juegos tradicionales propios de la región y los practica con amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Utiliza los segmentos corporales por medio de las expresiones rítmicas y reconoce el cuerpo como un medio para generar sonidos. -Manipula diferentes materiales de forma creativa y espontánea. -Identifica la importancia de los sentidos, mediante los juegos, para ubicarse en el entorno y relacionarse con los demás. -Identifica y ejecuta actividades en diferentes superficies. -Realiza actividades de motricidad fina, como rasgado, recortado, pulsado y moldeado. -Nombra las partes del cuerpo y sus respectivas funciones. -Reconoce los juegos tradicionales propios de la región y los practica con amigos. -Reconoce la diferencia de género por medio de actividades grupales. 	<ul style="list-style-type: none"> -Manipula diferentes materiales de forma creativa y espontánea. -Identifica y ejecuta actividades en diferentes superficies. -Mantiene el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos. -Utiliza los segmentos corporales (derecha izquierda) para realizar las diferentes tareas motrices. -Realiza juegos en el medio natural, que potencian las habilidades motrices. -Se mueve a diferentes ritmos mediante la música e instrumentos. -Nombra las partes de mi cuerpo y sus respectivas funciones. -Reconoce los juegos tradicionales propios de la región y los practica con amigos. 	<ul style="list-style-type: none"> -Identifica y ejecuta actividades en diferentes superficies. -Mantiene el equilibrio estático y dinámico, con y sin objetos, en diferentes superficies y con varios apoyos. -Propone e imagina diferentes posibilidades de ritmo y movimiento en los juegos y las actividades de clase. -Valora las diferentes actividades motrices realizadas en la naturaleza y cuida el entorno. -Reconoce las posibilidades de movimiento a través de la educación física y la recreación. -Reconoce los juegos tradicionales propios de la región y los practica con amigos.

¹ Competencias específicas, tomadas de las orientaciones didácticas y pedagógicas para el área de Educación Física.

² Grupos de estándares básicos de competencia: según el documento ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, equivalente al termino de componentes, utilizado en otras áreas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

COMPONENTE: FÍSICO MOTRIZ

TRANSICION	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
<p>-Ejecuta e identifica patrones básicos de movimiento, como: caminar, saltar, correr, en diferentes espacios que le permiten actuar en su entorno.</p> <p>-Realiza lanzamientos y recepciones con diferentes objetos y a varias distancias, para mejorar la coordinación y fuerza.</p> <p>-Ejecuta actividades de desplazamiento con diferentes elementos, objetos y móviles, para desarrollar habilidades motrices básicas.</p> <p>-Se desplaza a diferentes ritmos y en variadas direcciones.</p> <p>-Participa activamente de diferentes actividades que impliquen la ejecución de habilidades motrices básicas.</p> <p>-Manipula diferentes objetos y elementos que le permiten mejorar la motricidad.</p>	<p>-Afianza y combina las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización 1</p> <p>-Explora diferentes formas y estilos de manipular los móviles y la práctica con compañeros.</p> <p>- Realiza tareas individuales y colectivas que implican el dominio del peso corporal con o sin desplazamiento.</p> <p>- Explora diferentes formas y estilos de manipular los móviles y lo práctica con compañeros y compañeras.</p> <p>-Experimenta diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias.</p>	<p>-Afianza y combina las diferentes habilidades motrices básicas de manipulación, locomoción y estabilización.</p> <p>-Participa de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección.</p> <p>-Explora diferentes formas y estilos de manipular los móviles y la práctica con compañeros.</p> <p>-Realiza tareas individuales y colectivas que implican el dominio del peso corporal con o sin desplazamiento.</p> <p>-Propone diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas.</p> <p>-Experimenta diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias.</p>	<p>-Participa de juegos y ejercicios que implican cambios de velocidad y de dirección.</p> <p>- Realiza tareas individuales y colectivas que implican el dominio del peso corporal con o sin desplazamiento.</p> <p>-Explora las posibilidades de movimiento del cuerpo utilizando diferentes elementos.</p> <p>-Propone diferentes juegos, ejercicios y actividades que impliquen la utilización y combinación de las habilidades motrices básicas.</p> <p>-Experimenta diferentes formas de lanzar y atrapar, variando direcciones, alturas, velocidades y distancias.</p> <p>-Propone diferentes movimientos a los compañeros y compañeras.</p>

COMPONENTE: SOCIO MOTRIZ

TRANSICIÓN	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
<p>-Valora y cuida los juguetes y los materiales cuando participa en las actividades de clases, en el recreo y con la familia.</p> <p>-Respeta las normas y las reglas de seguridad y comportamiento en la clase, la escuela, el hogar y el entorno.</p> <p>-Práctica diferentes juegos para mejorar la comunicación con los/as demás compañeros/as.</p>	<p>-Valora y protege el medioambiente donde desarrolla las diferentes actividades lúdico-recreativas.</p> <p>-Experimenta y utiliza las habilidades motrices básicas para relacionarse con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones.</p> <p>-Participa en juegos colectivos que le permitan afianzar las relaciones de amistad.</p>	<p>-Valora y protege el medioambiente donde desarrolla las diferentes actividades lúdico-recreativas.</p> <p>-Experimenta y utiliza las habilidades motrices básicas para relacionarse con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones.</p> <p>-Potencia valores como la comunicación, la cooperación, el compañerismo y la participación, entre otros, por medio de juegos colectivos.</p> <p>-Colabora a los compañeros y las compañeras que tienen dificultades con las actividades.</p> <p>-Manifiesta creatividad cuando ejecuta actividades motrices grupales.</p>	<p>-Valora y protege el medioambiente donde desarrolla las diferentes actividades lúdico-recreativas.</p> <p>-Experimenta y utiliza las habilidades motrices básicas para relacionarse con los compañeros y las compañeras en diferentes situaciones.</p> <p>-Manifiesta creatividad cuando ejecuta actividades motrices grupales.</p> <p>-Acepta y respeta las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las compañeras.</p>



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

<p>-Pone en acción la imaginación y creatividad en los juegos individual y colectivo que le permitan la toma de decisiones.</p> <p>-Socializa las ideas y opiniones en las actividades que realiza con los compañeros y compañeras.</p> <p>-Práctica hábitos saludables la escuela, en el hogar y en el entorno.</p>	<p>-Cuida el cuerpo y el de los compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades.</p> <p>-Asume con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas.</p> <p>-Manifiesta creatividad cuando ejecuta actividades motrices grupales.</p>	<p>-Acepta y respeta las opiniones y las sugerencias de los compañeros y las compañeras.</p> <p>-Cuida su cuerpo y el de los compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades.</p> <p>-Asume con responsabilidad las tareas motrices individuales y colectivas.</p> <p>-Se relaciona con los compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región.</p>	<p>-Cuida su cuerpo y el de los compañeros y compañeras, previniendo accidentes durante las actividades.</p> <p>-Se relaciona con los compañeros y compañeras mediante la práctica de juegos tradicionales autóctonos de la región.</p> <p>-Acepta la victoria y la derrota como elementos propios del juego.</p> <p>-Construye, con los compañeros y compañeras, nuevas reglas de juego y respeta las establecidas.</p>
<p>ÁREA: EDUCACION FÍSICA GRADOS: 4 Y 5</p>	<p>COMPETENCIAS ESPECIFICAS ³ Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal</p>	<p>GRUPOS DE ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA ⁴ 1. Perceptivo motriz 2. Físico motriz 3. Socio motriz</p>	

PROGRESIÓN DE APRENDIZAJES EN LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS	
CUARTO	QUINTO
<p>Fortalece las habilidades motrices básicas, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno escolar.</p>	<p>Fortalece las habilidades motrices básicas y sus combinaciones, a partir de las expresiones motrices y sus posibilidades de aplicación en el entorno, para interactuar con los compañeros.</p>
EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE	
COMPONENTE PERCEPTIVO MOTRIZ	
CUARTO	QUINTO
<p>-Consolida el concepto de imagen corporal por medio de diferentes actividades.</p> <p>-Propone acciones para la construcción de un medioambiente favorable en la comunidad, a través de la práctica de las habilidades motrices específicas según la expresión motriz.</p> <p>-Adopta posturas corporales que le permiten cuidar y mantener una buena salud, cuando practica hábitos de higiene que favorecen el bienestar.</p> <p>-Refuerza los conceptos de lateralidad, ubicación espacio-temporal, equilibrio, esquema corporal, ritmo y coordinación, mediante la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</p>	<p>-Se ubica en el espacio y el tiempo durante las diferentes expresiones motrices practicadas, teniendo como referencia los puntos cardinales.</p> <p>-Propone acciones para la construcción de un medioambiente favorable en la comunidad, a través de la práctica de las habilidades motrices específicas según la expresión motriz.</p> <p>-Adopta posturas corporales que le permiten cuidar y mantener una buena salud, cuando practica hábitos de higiene que favorecen el bienestar.</p> <p>-Participa en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimula la creatividad y la capacidad intelectual.</p>

³ Competencias específicas, tomadas de las orientaciones didácticas y pedagógicas para el área de Educación Física.

⁴ Grupos de estándares básicos de competencia: según el documento ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, equivalente al termino de componentes, utilizado en otras áreas.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

<p>-Participa en actividades grupales que implican movimientos de conciencia corporal dinámicos y estáticos, realizando juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimula la creatividad y la capacidad intelectual.</p>	
<p>COMPONENTE: FISICO MOTRIZ</p>	
<p>CUARTO</p>	<p>QUINTO</p>
<p>-Practica y propone juegos predeportivos que favorecen el desarrollo personal y el de los compañeros. -Se adapta a los diferentes procesos de trabajo, teniendo como base las capacidades físicas en la realización de las actividades, siendo creativo e innovador en su aplicación. -Comprende las normas de seguridad en la práctica de las capacidades fisicomotrices que permiten el desarrollo del cuerpo -Respeta la identidad y la sexualidad de los compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras que buscan estimular el desarrollo de las capacidades fisicomotrices. -Reconoce los cambios físicos presentados durante el desarrollo corporal, teniendo en cuenta la relación con el otro para el aumento gradual de las exigencias durante la práctica de expresiones motrices. -Demuestra interés y motivación cuando realiza actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo las capacidades físicas y hábitos de vida saludable. -Valora la actividad motriz como eje fundamental en el desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de las capacidades físicas. Realiza, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de las capacidades.</p>	<p>-Respeta las diferencias individuales y colectivas en la realización y el rendimiento de las capacidades fisicomotrices, concertando con los compañeros y compañeras las reglas de juego. -Identifica y reconoce los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los aplica adecuadamente en las expresiones motrices. -Utiliza las capacidades físicas en la ejecución de las expresiones motrices, empleando una adecuada respiración en la ejecución de las tareas. -Comprende las normas de seguridad en la práctica de las capacidades fisicomotrices que permiten el desarrollo del cuerpo. -Respeta la identidad y la sexualidad de los compañeros y compañeras en cada uno de los espacios y las actividades integradoras que buscan estimular el desarrollo de las capacidades fisicomotrices. -Reconoce los cambios físicos presentados durante el desarrollo corporal, teniendo en cuenta la relación con el otro para el aumento gradual de las exigencias durante la práctica de expresiones motrices. -Demuestra interés y motivación cuando realiza actividades que generan trabajo individual y grupal, fortaleciendo las capacidades físicas y hábitos de vida saludable. -Valora la actividad motriz como eje fundamental en el desarrollo corporal, practicando las expresiones motrices como medio para el desarrollo de las capacidades físicas. Realiza, en forma secuencial, ejercicios para adquirir potencialidad en el desarrollo de las capacidades.</p>



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

COMPONENTE: SOCIO MOTRIZ

CUARTO	QUINTO
<p>-Acepta las sugerencias dadas por el/la profesor/a y los compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participa en juegos de cooperación y oposición.</p> <p>-Se integra a través del juego, relacionándose con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúo con los compañeros y compañeras.</p> <p>-Identifica las relaciones interpersonales, los valores de equidad y tolerancia que se presentan en las actividades motrices.</p> <p>-Acepta el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con los compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento del desempeño.</p> <p>-Conserva y protege los ambientes naturales en los cuales realiza diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en mi entorno.</p>	<p>-Reconoce sus fortalezas y debilidades de desempeño motor para mantenerlas o mejorarlas en el diario vivir, respetando a mis compañeros y compañeras cuando practicamos expresiones motrices.</p> <p>-Acepta las sugerencias dadas por el/la profesor/a y los compañeros/as, como valor de sana convivencia, cuando participa en juegos de cooperación y oposición.</p> <p>-Se integra a través del juego, relacionándose con los otros, respetando las normas y empleando el cuerpo como eje de comunicación cuando interactúo con los compañeros y compañeras.</p> <p>-Acepta el triunfo o la derrota, asumiendo e interpretando, con responsabilidad, los roles que se generan con los compañeros y compañeras en la práctica de las expresiones motrices orientadas al mejoramiento del desempeño.</p> <p>-Conserva y protege los ambientes naturales en los cuales realiza diferentes expresiones motrices, adquiriendo una conciencia ecológica en su entorno.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

<p>ÁREA: EDUCACION FÍSICA GRADOS: 6 y 7</p>	<p>COMPETENCIAS ESPECIFICAS ⁵ Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal</p>	<p>GRUPOS DE ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA ⁶ 1. Perceptivo motriz 2. Físico motriz 3. Socio motriz</p>
---	---	--

PROGRESIÓN DE APRENDIZAJES EN LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS

SEXTO	SEPTIMO
<p>Experimenta las diversas habilidades motrices básicas y específicas, a través de expresiones motrices que le permitan interactuar con los demás</p>	<p>Aplica y experimenta las diferentes habilidades motrices específicas, a través de las expresiones motrices que le permitan interactuar en la cotidianidad con la cultura local y regional</p>

EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE

COMPONENTE: PERCEPTIVO MOTRIZ

SEXTO	SEPTIMO
<ul style="list-style-type: none"> - Afianza, a través de juegos y actividades físicas, el ajuste postural en interacción con otras personas. - Identifica y aplica elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar la salud y la de la sociedad. - Aplica las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase. - Practica diferentes posiciones, posturas y recomendaciones para realizar tareas en la vida diaria. - Practica actividades lúdicas, recreativas y deportivas en la naturaleza y a través de ellas cuida y respeta el medioambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> - Identifica y aplica elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar la salud y la de la sociedad. - Experimenta y domina las habilidades motrices en la resolución de los problemas que surgen en el juego y las actividades. - Aplica las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase. - Practica diferentes posiciones, posturas y recomendaciones para realizar tareas en la vida diaria. - Utiliza la expresión corporal y la danza como medios para mejorar la ubicación espaciotemporal. - Practica actividades lúdicas, recreativas y deportivas en la naturaleza y a través de ellas cuida y respeta el medioambiente.

⁵ Competencias específicas, tomadas de las orientaciones didácticas y pedagógicas para el área de Educación Física.

⁶ Grupos de estándares básicos de competencia: según el documento ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, equivalente al termino de componentes, utilizado en otras áreas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

COMPONENTE: FÍSICO MOTRIZ

SEXTO	SÉPTIMO
<ul style="list-style-type: none"> - Aplica y utiliza hábitos relacionados con las expresiones motrices y el cuidado responsable del cuerpo, como el calentamiento y la relajación. - Interpreta y aplica el principio de salud desde un enfoque de bienestar individual y colectivo en su interacción con la educación física, la recreación y el deporte. - Mejora las capacidades físico-motrices mediante la práctica de las habilidades motrices en los juegos deportivos y recreativos. - Afianza los patrones básicos de movimiento, mediante el ejercicio, los juegos y el deporte. - Utiliza las prácticas deportivas y recreativas como medios para la formación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aplica y utiliza hábitos relacionados con las expresiones motrices y el cuidado responsable del cuerpo, como el calentamiento y la relajación. Identifica las expresiones motrices jugadas como una oportunidad para mejorar la salud, la estética y las relaciones con los demás. - Comprende la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del juego colectivo, como un elemento que contribuye al aprendizaje deportivo. - Mejora las capacidades físico-motrices mediante la práctica de las habilidades motrices en los juegos deportivos y recreativos. - Utiliza las prácticas deportivas y recreativas como medios para la formación.

COMPONENTE: SOCIO MOTRIZ

SEXTO	SÉPTIMO
<ul style="list-style-type: none"> - Comprende y aplica hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación. - Comparte sus conocimientos y habilidades con las personas de su entorno: familia, escuela y barrio. - Valora y práctica los juegos tradicionales como medio de formación personal, cultural y por su aporte al aprendizaje y desarrollo de las habilidades motrices. 	<ul style="list-style-type: none"> - Valora su propia habilidad motriz como punto de partida para alcanzar una superación personal y de equipo. - Valora las capacidades y las habilidades que posee en las diferentes expresiones motrices y la de sus compañeros y compañeras. - Comprende y aplica hábitos saludables antes y después de las prácticas de los juegos, el deporte y la recreación. - Demuestra responsabilidad en el desarrollo de cada una de las prácticas y en el cuidado del material y de los compañeros y las compañeras.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

ÁREA: EDUCACION FÍSICA GRADOS: 8 y 9	COMPETENCIAS ESPECIFICAS ⁷ Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal	GRUPOS DE ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA ⁸ 1. Perceptivo motriz 2. Físico motriz 3. Socio motriz
PROGRESIÓN DE APRENDIZAJES EN LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS		
OCTAVO		NOVENO
Afianza sus habilidades y capacidades específicas, mediante las expresiones motrices que le permiten adoptar estilos de vida saludables.		Afianza y fortalece las habilidades y las capacidades motrices específicas, mediante las expresiones motrices que le permiten tener un estilo de vida saludable y mejorar la interacción con las personas que le rodean y los espacios en que habita.
COMPONENTE: PERCEPTIVO MOTRIZ		
OCTAVO		NOVENO
<ul style="list-style-type: none"> - Identifica la coordinación y el equilibrio, como elementos esenciales en el aprendizaje de los deportes y otras manifestaciones de las expresiones motrices que le permitan desempeñarme en la vida diaria. - Vivencia y propone esquemas motrices a partir de diferentes ritmos y acompañamiento musical. - Comprende e interpreta conceptos en la reglamentación, relacionados con el manejo del tiempo y el espacio de las expresiones motrices. - Practica juegos tradicionales que le permiten valorar la cultura. 		<ul style="list-style-type: none"> - Identifica la coordinación y el equilibrio, como elementos esenciales en el aprendizaje de los deportes y otras manifestaciones de las expresiones motrices que le permitan desempeñarme en la vida diaria. - Percibe e identifica los cambios que produce la actividad física en el organismo, desde lo propioceptivo, interoceptivo y exteroceptivo, que le permitan la regulación de la práctica de las expresiones motrices. - Comprende y aplica la lógica interna (tiempo, espacio, técnica, reglamento y comunicación) del juego y el deporte, que le permitan desempeñarme en un contexto.
COMPONENTE: FÍSICO MOTRIZ		
OCTAVO		NOVENO
<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce y aplica las habilidades motrices específicas en las expresiones motrices deportivas y recreativas. - Practica las expresiones motrices para mejorar la autoestima, autoimagen, autoconocimiento. - Realiza juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físico-motrices que contribuyen al mejoramiento de la salud. - Reconoce y aplica test de capacidades y habilidades que le permitan evidenciar su condición física. - Reconoce que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas. 		<ul style="list-style-type: none"> - Adquiere dominio en la ejecución de las habilidades específicas de las expresiones motrices de autoconocimiento, recreativas y deportivas. - Realiza juegos y ejercicios para el desarrollo de las capacidades físico-motrices que contribuyen al mejoramiento de la salud. - Reconoce y aplica test de capacidades y habilidades que le permitan evidenciar su condición física. - Reconoce que la practica constante y sistemática de las expresiones motrices favorecen el aprendizaje de habilidades y el desarrollo de capacidades físicas.

⁷ Competencias específicas, tomadas de las orientaciones didácticas y pedagógicas para el área de Educación Física.

⁸ Grupos de estándares básicos de competencia: según el documento ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, equivalente al termino de componentes, utilizado en otras áreas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

COMPONENTE: SOCIO MOTRIZ

OCTAVO	NOVENO
<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce y cuida el medio ambiente como un espacio propicio para práctica de las expresiones motrices que le permitan interactuar en el contexto. - Asume responsablemente la práctica de la educación física, el deporte y la recreación, como medios para la conservación y el mejoramiento de la salud. - Comprende que las expresiones motrices son un medio de comunicación y manifestación del ser humano que le permite interactuar con los demás. - Practica valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica de las expresiones motrices que le permitan convivir con mis semejantes. - Reconoce y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices. - Hace buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que le permiten practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte. - Reconoce los espacios naturales y artificiales con los que cuenta el entorno inmediato, que le permitan cuidarlo y utilizarlo como medio de la educación física, la recreación y el deporte. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reconoce y respeta las reglas de los juegos y las expresiones motrices como posibilidad de entender las normas que rigen la sociedad y le permiten vivir en comunidad. - Reconoce el folclor y los juegos tradicionales como medios para valorar la cultura y mejorar la integración social. - Comprende que las expresiones motrices son un medio de comunicación y manifestación del ser humano que le permite interactuar con los demás. - Practica valores como la cooperación, la solidaridad, la tolerancia y el respeto durante la práctica de las expresiones motrices que le permitan convivir con mis semejantes. - Reconoce y respeto las fortalezas y las debilidades de mis compañeros y compañeras durante la práctica de las expresiones motrices. - Hace buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que le permiten practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte. - Reconoce los espacios naturales y artificiales con los que cuenta el entorno inmediato, que le permitan cuidarlo y utilizarlo como medio de la educación física, la recreación y el deporte.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

AREA: EDUCACION FÍSICA GRADOS: 10 y 11	COMPETENCIAS ESPECIFICAS ⁹ Motriz Expresiva corporal Axiológica corporal	GRUPOS DE ESTÁNDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA ¹⁰ 1. Perceptivo motriz 2. Físico motriz 3. Socio motriz
PROGRESIÓN DE APRENDIZAJES EN LOS ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIAS		
DECIMO	ONCE	
Reconoce y practica las diferentes expresiones motrices culturalmente determinadas en el contexto local, que le permiten proyectarse a nivel escolar, adquiriendo compromiso frente a la promoción de estilos de vida saludables.	Reconoce la importancia de las expresiones motrices culturalmente determinadas, que le permiten proyectarse a la comunidad, participando en propuestas de intervención social, adquiriendo así un compromiso como agente propositivo de las practicas corporales.	
EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE		
COMPONENTE: PERCEPTIVO MOTRIZ		
DECIMO	ONCE	
<ul style="list-style-type: none"> - Valora la importancia de las capacidades coordinativas para la práctica de las expresiones motrices. - Demuestra habilidad rítmica y argumenta su importancia como elemento de la expresión corporal. - Valora la estética corporal y las capacidades físico-motrices como elementos del desarrollo humano. - Practica juegos tradicionales que le permiten valorar la cultura. - Participa en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimula su creatividad y su capacidad intelectual. - Es consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de su desarrollo psicosexual. - Respeta las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuida los espacios públicos deportivos de mi comunidad 	<ul style="list-style-type: none"> - Es consciente de la importancia de la actividad física como aspecto fundamental de su desarrollo psicosexual. - Utiliza el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de la salud y la adquisición de valores. - Refuerza y valora la identidad personal y cultural, mediante la práctica de expresiones motrices. - Practica los juegos tradicionales de su entorno y promueve, en los demás, la defensa del medioambiente como posibilidad de una buena salud. - Respeta, en la práctica de las expresiones motrices, la condición y la orientación sexual, religiosa o política de los compañeros y las compañeras. - Respeta las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuida los espacios públicos deportivos de mi comunidad. 	
COMPONENTE: FÍSICO MOTRIZ		
DECIMO	ONCE	
<ul style="list-style-type: none"> - Valora la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas. - Reconoce y aplica test de capacidades y habilidades que le permitan evidenciar su condición física. 	<ul style="list-style-type: none"> - Valora la preparación previa para la práctica de las expresiones motrices deportivas individuales y colectivas. - Reconoce y aplica test de capacidades y habilidades que le permitan evidenciar su condición física - Reconoce las capacidades fisicomotrices como expresiones de una buena salud. 	

⁹ Competencias específicas, tomadas de las orientaciones didácticas y pedagógicas para el área de Educación Física.

¹⁰ Grupos de estándares básicos de competencia: según el documento ESTANDARES BÁSICOS DE COMPETENCIA EN EDUCACION FÍSICA, equivalente al termino de componentes, utilizado en otras áreas.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SAN RAFAEL**

INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN RAFAEL

DANE 105667000013 – NIT 811021218-8

Calle 20 No. 14 41 San Rafael. Antioquia

iesanrafael@hotmail.com Tel 858 65 16

<ul style="list-style-type: none"> - Participa en juegos recreativos, lúdicos y deportivos, mientras estimula su creatividad y su capacidad intelectual. - Valora el desarrollo de las capacidades físico-motrices como elementos fundamentales de la práctica de la educación física, la recreación y el deporte. - Reconoce la actividad física, el deporte y la recreación, como aspectos fundamentales para un estilo de vida saludable. 	<ul style="list-style-type: none"> -Conoce las posibilidades de su cuerpo y a partir de ello propende por un cuerpo armónico y sano, previniendo acciones que puedan involucrar lesiones físicas. - Participa en actividades competitivas de acuerdo con mis posibilidades fisicomotrices, con sentido ético y moral. - Reconoce la importancia de la actividad física como un aspecto fundamental en su proyecto de vida saludable.
COMPONENTE: SOCIO MOTRIZ	
DECIMO	ONCE
<ul style="list-style-type: none"> - Hace buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que le permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte. - Interpreta y aplica adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio. - Participa y apoya los programas de educación física, recreación y deporte que se promueven en su comunidad. - Practica los juegos tradicionales de su entorno y promueve, en los demás, la defensa del medioambiente como posibilidad de una buena salud. - Utiliza el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de su salud y la adquisición de valores. - Promueve la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales. 	<ul style="list-style-type: none"> - Hace buen uso de los implementos deportivos y material didáctico que me permitan practicar y disfrutar de la educación física, la recreación y el deporte. - Interpreta y aplica adecuadamente los reglamentos de los deportes individuales y de conjunto como medio para propiciar el juego limpio. - Elabora y propone a su comunidad proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre y salud, con los elementos adquiridos en su proceso educativo. - Promueve la práctica de actividades físicas como un elemento fundamental en las relaciones interpersonales. -Promueve el respeto de la condición sexual, religiosa o política mediante la práctica de expresiones motrices. - Utiliza el deporte, la educación física y la recreación como medios para el cuidado de su salud y la adquisición de valores.