

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

PLAN DE ÁREA

EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

Y

TEORÍA DEPORTIVA

1. INTRODUCCIÓN

El área de educación física, deporte y recreación está constituida por los siguientes ejes temáticos: deporte, recreación, cultura física y salud, organización infantil y juvenil, y uso del tiempo libre. Cada uno de estos ejes está constituido por núcleos temáticos que se han secuenciado de manera coherente desde el grado primero hasta el undécimo.

Se pretende con el área que los estudiantes desarrollen las competencias praxeológicas, la razón de existir de la educación física como ciencia es el estudio del movimiento. El enfoque teórico es la motricidad integral. La metodología para la enseñanza y el aprendizaje del área se basa en la teoría del aprendizaje significativo de Ausubel, el aprendizaje cooperativo o en equipo, la metodología problémica de Graves y la comprensiva de Perkins.

Los criterios de evaluación del área están constituidos sobre la base de los procesos de las competencias físico-motriz, socio-motriz y perceptivo-motriz desde el grado primero hasta el undécimo. Con esta área se pretende aportar a solucionar los problemas y necesidades corporales y culturales que fueron establecidos en los lineamientos básicos del currículo institucional, en pos de formar un ciudadano competente y transformador de las condiciones sociales en los que le toca desempeñarse.

La Educación Física, Recreación y Deporte puede ser considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en que tiene gran acogida en la población estudiantil como área fundamental del currículo y su importancia viene creciendo para la comunidad educativa en general.

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS POR CICLO

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN EL CICLO DE PRIMARIA

Los objetivos que priman en el ciclo de la Educación Básica Primaria deben permitir al niño el desarrollo de su imaginación y creatividad, partiendo de 3 grandes campos a saber: Esquema corporal, conductas motrices de base y conductas temporo-espaciales, teniendo en cuenta que a medida que se avanza en edad y escolaridad, las exigencias se hacen mayores y el tratamiento más complejo.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

Los objetivos diseñados para el ciclo básico en primaria ajustados a nuestro entorno deben partir desde un previo conocimiento del niño y la manera cómo éste se relaciona con otras áreas del conocimiento; de manera tal que las expectativas a nivel de la educación física sean el punto de contacto entre lo que se enseña, lo que se aprende y lo que exijan las relaciones con el otro, para que sistemáticamente se vana condiciones más claras de ese crecer integral acorde con los ofrecimientos al culminar este ciclo, y que las bases obtenidas hasta el momento le permitan tanto al profesor como al estudiante, ofrecer un panorama claro de lo lúdico, predeportivo, recreativo, social, cultural e intelectual con miras a transformar su desarrollo integral.

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN EL CICLO DE SECUNDARIA

Una vez asimiladas unas habilidades básicas que el estudiante adquiere en el ciclo básico con respecto a las conductas motrices de base, el reconocimiento de su esquema corporal y ubicación temporo-espacial, se aspira a que las exigencias para niveles siguientes, respondan a nuevas condiciones del conocimiento, puesto que los saberes previos le permitirán explorar otros y mejores procesos metodológicos que orienten más acertadamente: Al profesor en eficiencia y eficacia del área de Educación Física con respecto a las demás áreas y viceversa; y del estudiante para que adquiera las herramientas necesarias para indagar cada día más sobre la Educación Física tanto en lo práctico como en lo teórico y de ahí se convierta en un agente crítico y analítico con apertura a otros campos de acción que por circunstancias ajenas al sistema educativo no hayan llenado sus expectativas como pueden ser: la dirección de eventos recreativos, lúdicos, deportivos; la creación de semilleros o escuelas en la rama de la Educación Física y el deporte; de esta manera se espera que encajen los objetivos específicos del área con los fines del sistema educativo nacional donde el ejercicio pleno de la personalidad impere en acciones concretas con su medio y se adapte al mejoramiento de la calidad educativa.

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN MEDIA ACADÉMICA

El propósito de la Educación Física en la media académica es el de incorporar la investigación del proceso cognoscitivo tanto en el aula como en el medio social y comunitario en el cual se desenvuelven el individuo sin desligarse de su ambiente natural, económico y político; pretende mejorar los niveles de vida en la medida en la que el sujeto se vincula a programas de desarrollo que proyecten soluciones a problemas sociales, a un mejor status de convivencia ciudadana.

La educación física, se basa en la preparación que tienen los educandos para la recreación, práctica y la lúdica y el aprovechamiento del tiempo libre. Y con ellos el educando lo aplica como herramienta para la organización de sus propios torneos. En la parte técnica, el educando los aplica y desarrolla en el campo laboral.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

2. JUSTIFICACIÓN

El área de Educación Física, recreación y deportes tradicionalmente ha abordado al sujeto o ser humano desde una concepción dualista, esta plantea el estudio de lo orgánico y lo físico con el ser mirado como un cuerpo objeto de movimiento mecánico y no en su totalidad en forma integral. Considerando aspectos como lo educativo, lo formativo y lo intelectual no parecen hacer parte de la educación física que a la vez hace parte del sistema educativo general. En la actualidad se trata de que el ser humano sea mirado como una totalidad que se mueve. El enfoque teórico cognitivo e integral de la motricidad debe ser contemplado desde la dimensión biológica tradicional y desde la dimensión psicológica y social. Por lo tanto, las competencias que se esperan desarrollar en los sujetos son: perceptivo-motriz, socio-motriz, físico-motriz y expresivo-motriz. De todas maneras, esto no puede quedar allí en el sólo escenario pedagógico, en el ciclo escolar o en la educación formal, se espera que esto trascienda a otras esferas del comportamiento humano. El área de educación física pretende pues contribuir a todo el proceso educativo del individuo que se interrelaciona constantemente con otros factores como es el medio ambiente, la herencia, la cultura, los estilos de vida, etc., que pueden ser mucho más determinantes en la vida de las personas que el propio hecho de realizar o no ciertos ejercicios físicos. Si esto no fuera el objetivo primordial, ¿qué ocurriría? Que la educación física acabaría cuando el sujeto finalizara su ciclo de educación formal. La enseñanza de la Educación Física pretende dar respuestas a las exigencias curriculares promulgadas por el Ministerio de Educación Nacional para las instituciones de enseñanza en el país, es así como acogemos, apoyamos y desarrollamos los fines de la Ley General de Educación. El área busca formar sujetos con un profundo sentido de la lealtad, solidaridad, el orden, el respeto, el sentido crítico en todas las esferas de nuestra vida y estar preparados para soportar, enfrentar con criterio propio y resolver favorablemente todos los problemas. Como sabemos la actividad física regular en particular está dirigida hacia la adquisición de hábitos de vida físicamente activos, al logro de una mayor autonomía, conocimiento corporal, contribuir al desarrollo del contenido transversal de educación para la salud, el conocimiento y dominio de ciertas expresiones motrices y la utilización del tiempo libre, mediante la práctica y la teoría sobre el conocimiento corporal podremos influir en la conducta del individuo.

3. DIAGNOSTICO:

Desde el punto de vista social, la vida cotidiana es sorteada a través de algunas formas de supervivencia, propias de los sectores populares: la ayuda mutua, la cooperación y la solidaridad. El trabajar comunitariamente no sólo permite y agiliza la adecuación urbana, sino que, además, va creando una serie de valores y de comportamientos que posibilitan formas de identidad grupal y barrial; es así como se moldean personalidades con un sentido de la vida y del hábitat, marcado por el trabajo comunitario y las dificultades que implica la solución de sus múltiples necesidades.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

La Institución Educativa mantiene un ambiente deportivo en varias disciplinas, Baloncesto, Fútbol, Voleibol y ajedrez. Los cuales ayudan a que ese entorno se conserve con grandes deportistas. Esto ayuda a que el aprendizaje sea más agradable para la formación en la Institución. La mayoría de los estudiantes tienden a ser receptivos frente a las actividades innovadoras que se plantean en su proceso educativo, especialmente en lo relacionado con el uso de las tecnologías; además, muestran buena disposición en los procesos lúdicos y manifiestan agrado por las acciones que se plantean para ser desarrolladas en forma grupal. La Institución Educativa cuenta con docentes Licenciados en el área de la Educación Física. Es de resaltar la labor docente en Preescolar y Básica Primaria con el alumnado que llega a esta Institución, así como el trabajo que realizan en las clases de Educación Física y los objetivos que esta disciplina propone para el desarrollo de los escolares. Esto se presenta por la entera disposición del cuerpo docente y la Institución con espacios y entornos agradables para el desarrollo de las clases. Se destaca la incursión de la Secretaría de Educación Municipal con el programa de Jornadas Complementarias, donde la lúdica, el sano esparcimiento y la formación en diferentes disciplinas deportivas, son importantes para la Institución Educativa que, en buena medida, vienen canalizando las expectativas de un grupo representativo de estudiantes hacia la orientación deportiva, utilizando de una forma productiva el tiempo libre. Estas jornadas se realizan después del horario escolar y hacen parte de un espacio y tiempo más productivo para los participantes; en éstas se tienen a disposición los materiales y profesores para realizar otras actividades, en estas jornadas incursiona el IMDER, dado que el programa necesita personas idóneas para esta labor, orientada hacia la formación cultural y deportiva en el desarrollo integral del alumnado. Como parte de nuestros objetivos, la actividad física se orienta para canalizar las distintas expresiones de la corporeidad, fomentar el desarrollo de la personalidad y la capacidad motriz, logrando que los aprendizajes adquiridos desde estos ámbitos se vean reflejados en la práctica del deporte y el buen uso del tiempo libre. La diversidad es un hecho inherente al desarrollo humano. Se debe a un conjunto de factores contextuales, (familiares, escolares y socio- económicos), y factores individuales, (motivaciones, capacidades, e intereses). Para abarcar todos los motivos por los que existe diversidad, podemos hablar de los aspectos psicológicos, culturales y biológicos. Dentro del área de Educación Física las necesidades educativas especiales en educación física son debidas a múltiples causas, como son trastornos motores, enfermedades metabólicas (obesidad), discapacidad física, enfermedades cardiorrespiratorias o trastornos de conductas, solicitando estas ayudas en algún momento de su escolaridad o a lo largo de toda ella, es decir, en cada una de las sesiones que diseñemos. Por ello quiero exponer el tratamiento a realizar desde dos ámbitos de actuación diferentes: uno general referido a la adecuación a los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado, y otro más específico relativo a la atención a las Necesidades Educativas Especiales que haya.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

Atención a diferentes ritmos de aprendizaje La atención a la diversidad es un pilar básico en nuestro actual sistema educativo. Por eso debemos partir de la situación de cada alumno y alumna, preocupándonos de la significatividad psicológica y de la funcionalidad de sus aprendizajes, ya que cada individuo es un ser único e irrepetible. Los fines y objetivos del currículo ordinario deben de orientarse a todo el alumnado; pero para ello es necesario flexibilizarse y adaptarse a cada sujeto. Y si para ello es necesario ajustar las condiciones de desarrollo del proceso enseñanza y aprendizaje, no se debe de dudar en efectuar los cambios adecuados, tanto en los aspectos organizativos como en los metodológicos y curriculares.

LÍNEAS GENERALES DE ACTUACIÓN

- Adecuar las estrategias de enseñanza-aprendizaje promoviendo la ayuda dentro del grupo-clase, de forma que el alumnado más habilidoso motrizmente colabore y ayude a aquel menos aventajado.
- Proponer una amplia gama de actividades, con diferentes niveles de ejecución motora para permitir que cada uno se sitúe en su zona de desarrollo próximo, adecuado a su nivel.
- Emplear distintos recursos y materiales para que todos/as puedan manipular sin dificultades. La distribución de espacios y tiempos se han de tener en cuenta en la planificación del curso. Por ejemplo, colocar al alumnado que necesita mayor ayuda y atención en los lugares centrales de la sesión.
- Proponer actividades de ampliación y refuerzo para el alumnado que lo requiera. Estas actividades se aplicarán a las tareas ordinarias, modificando su estructura interna de forma que dificultemos o facilitemos su realización, pudiendo:
- Aumentar o disminuir del nivel de dificultad (más/menos peso, más estímulos, más/menos tiempo).
- Incrementar su autonomía y el grado de responsabilidad (ayuda a los compañeros, por ejemplo).
- Aumento progresivo de la dificultad (más estaciones, por ejemplo).
- Dar mayor número de orientaciones (más pistas en el proceso heurístico).
- Utilizar recursos más asequibles (balones más ligeros, por ejemplo).

ATENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS N.E.E.

Las necesidades educativas especiales pueden ser tratadas de dos formas, mediante una adaptación curricular de los elementos de acceso al currículo, como son los elementos personales, materiales, organizativos (espaciotemporales) o comunicativos; sin alterar los elementos curriculares. Con estas medidas se suelen solventar las dificultades de muchos alumnos y alumnas que requieren una atención educativa mayor.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

4. OBJETIVOS

A. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA

- Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de expresiones (prácticas) culturales de la actividad física.
- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano en la organización de tiempo y el espacio, la interacción social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, la experiencia lúdica y recreativa.
- Generar prácticas sociales de la educación física como el deporte, la danza, el uso del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con las diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL ÁREA

- Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
- Impulsar una nueva didáctica pertinente a los procesos formativos; que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.
- Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permitan los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos, tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física.
- Orientar para que se asuma la investigación como actitud y proceso cotidianos y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad.

C. OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN BÁSICA PRIMARIA

Según el Artículo 20: - Objetivos generales de la educación básica primaria:

Todo el ser humano tiene derecho a una formación a partir de sus conocimientos y habilidades, formando así personas útiles a la sociedad. La educación básica no desconoce en el ámbito nacional e institucional, por eso nos permitimos hacer un análisis de estos objetivos.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

- a) El área de educación física promueve una formación general mediante el acceso, de manera crítica y creativa, al conocimiento artístico y humanístico y de sus relaciones con la vida social y con la naturaleza, de manera tal que prepare al educando para los niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación con la sociedad y el trabajo.
- b) Se ha constituido como disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, especialmente si es implementada en edad temprana, por cuanto posibilita en el niño desarrollar destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su diario vivir y como proceso para su proyecto de vida.
- c) Contribuye al desarrollo de las capacidades motoras básicas. Contribuye al desarrollo de habilidades que resultan básicas para realizar diferentes actividades propias de la vida en la sociedad. Desarrolla habilidades básicas para la práctica del deporte de rendimiento.
- d) Todos aquellos alumnos que practican ejercicio físico diariamente pueden obtener un mayor nivel de concentración. Esto, por supuesto, tiene un impacto realmente positivo en el resto de asignaturas puesto que les ayuda a conseguir un mejor rendimiento académico.

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN BÁSICA SECUNDARIA.

1. De acuerdo con especialistas, la actividad **física y deportiva** además de reducir el estrés, los trastornos del sueño, depresión, ansiedad y otras alteraciones, también reduce los riesgos de sufrir algunos problemas de salud, tanto físicos como mentales, tales como los estados de tensión y ansiedad.

2 la **importancia de la educación física para la salud** radica en que, desde la infancia, la educación física permite que los estudiantes desarrollen destrezas motoras, cognitivas y afectivas esenciales para su vida diaria y escolar. Asimismo, la aplicación de **actividades físicas** trae beneficios al **desarrollo integral** del estudiante en la siguiente forma:

- Promueve el movimiento de cuerpo, sistema circulatorio y respiratorio.
- Enseña a tener una vida activa.
- Enseña a aprovechar el tiempo libre de manera sana.
- Mejora la autoestima.
- Estimula el trabajo en equipo.

3. El área de educación física promueve la práctica de la recreación y los deportes, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

4 durante el período escolar la educación física estimula el desarrollo de aspectos físicos y psicológicos de los niños, a través de la enseñanza de valores y de habilidades. No se limita a la práctica de los deportes, sino que conlleva a una actividad de interiorización de los conocimientos.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

De manera indirecta, la educación física pretende educar sobre los buenos hábitos de la alimentación y el estilo de vida saludable, que a muchos jóvenes les cuesta mantener.

5 son muchas las ventajas y los beneficios asociados a la realización de actividades físicas. Las prácticas deportivas en general, previenen enfermedades, ayudan a desarrollar el organismo de manera adecuada y estimulan los hábitos saludables. Además, la educación física es una de las pocas asignaturas escolares que educan desde la propia experiencia del niño en relación con un equipo.

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN MEDIA ACADÉMICA.

Según el Artículo 30 de la Ley 115.

- El área de educación física permite la profundización en el campo del conocimiento o en una actividad de acuerdo con los intereses y capacidades del educando.
- Conocer, utilizar y valorar su cuerpo y el movimiento como medio de exploración, descubrimiento y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con las demás personas y como recurso para organizar su tiempo libre.
- Aumentar las propias posibilidades de rendimiento motor mediante la mejora de las capacidades, tanto **físicas** como motrices, desarrollando actitudes de autoexigencia y superación personal.
- La **actividad física en los jóvenes** posee una serie de beneficios como el desarrollo del aparato locomotor, del sistema cardiovascular, neuromuscular, mantener un peso corporal saludable, mejor control de la ansiedad y la depresión, así como contribuir al desarrollo social y a la evitación de conductas no saludables

4. MARCO LEGAL

Ley 115- febrero 8 de 1994 “LEY GENERAL DE EDUCACIÓN “

ARTICULO 5° FINES DE LA EDUCACIÓN: De conformidad con él artículo 67 de la constitución política de Colombia se desarrollará atendiendo a los siguientes fines:

- ❖ El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que impone los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.
- ❖ La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la Educación física, la recreación, el deporte y la utilización del tiempo libre.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ARTICULO 14. ENSEÑANZA OBLIGATORIA.

- ❖ En todos los establecimientos oficiales o privados que ofrezcan educación formal es obligatoria en los niveles de la educación preescolar, básica y media cumplen con: El aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo; para la cual el gobierno promoverá y estimulará su difusión y desarrollo;
- ❖ Parágrafo segundo: Los programas a que hace referencia el literal b) del presente artículo serán presentados por los establecimientos educativos estatales a las secretarías de educación del respectivo municipio o ante el organismo que haga sus respectivos fines.

ARTICULO 22: OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA EDUCACIÓN BÁSICA EN EL CICLO DE SECUNDARIA

- ❖ La valoración de la salud y de los hábitos relacionados con ella;
- ❖ La educación física y la práctica de la recreación y los deportes
- ❖ La participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre.

ARTICULO 23: AREAS OBLIGATORIAS Y FUNDAMENTALES:

- ❖ Los grupos de áreas obligatorias y fundamentales que comprenderán un mínimo de 80% del plan de estudios, son los siguientes.
- ❖ Educación física, recreación y deportes.
- ❖ Decreto 1860/agosto 3/94 Reglamentario de la LEY 115

ARTICULO 57. JORNADA ÚNICA Y HORARIO ACADÉMICO

- ❖ Además del tiempo prescrito para las actividades pedagógicas, se deberá establecer en el P.E.I. una dedicada a actividades lúdicas, culturales, deportivas y sociales de contenido educativo orientadas por pautas curriculares según el interés del estudiante. Este tiempo no podrá ser inferior a diez horas semanales.

ARTÍCULO 59. UTILIZACIÓN ADICIONAL DE LAS INSTALACIONES ESCOLARES.

- ❖ Los establecimientos educativos, según su propio proyecto, adelantaran actividades dirigidas a la comunidad educativa y a la vecindad en las horas que diariamente queden disponibles después de cumplir la jornada escolar, se dará prelación a las siguientes actividades:
- ❖ Acciones formativas del niño y el joven, tales como integración de grupos de interés, organizaciones de acción social, deportiva o cultural, recreación dirigida, y educación para el uso creativo del tiempo libre.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

DOCUMENTO NUMERO 15 “ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS PARA LA EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE DE ACUERDO AL MEN.”

1. Las grandes metas de formación del área de educación física, recreación y deporte.
2. Competencias específicas de la educación física, recreación y deporte.
3. Competencias específicas y su relación con las competencias básicas.
4. Orientaciones didácticas.
5. Competencias y desempeños en educación física.

BASE MUNICIPAL CURRICULAR EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE.

1. **Primera fase:** características de las competencias y sus implicaciones en el diseño curricular. Referentes ministeriales.
2. **Fase 2:** plan de estudios y mallas curricular por competencias.
3. **Fase 3:** fase de integración. Articulación de los planes de estudio particulares a un plan de estudio municipal.

4. COMPETENCIAS BÁSICAS

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA		
C. MOTRÍZ	C. EXPRESIVA CORPORAL	C. AXIOLOGICA CORPORAL
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 utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante	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	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.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

acciones unitarias.		
---------------------	--	--

5. METODOLOGÍA CURRICULAR PARA LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACION FÍSICA

Dentro de las nuevas concepciones didácticas de la educación física se ha replanteado lo que en un principio se debía enseñar y lo que en la actualidad necesitan aprender los estudiantes de tal manera que la modernidad nos pone en un nuevo proceso de enseñanza-aprendizaje.

Lo que nos lleva como docentes a aplicar nuevas estrategias metacognitivas para **“aprender a pensar”, “aprender a aprender” y “aprender a ser”, “aprender hacer”** y prevenir sus dificultades en el aula y en la vida. Por consiguiente, para que el alumno aprenda en profundidad el docente debe ser meta cognitivo. Por lo que ahora es necesario que la Educación Física promueva el despliegue de las potencialidades de los estudiantes. Se debe aprender a autoevaluar, a reflexionar, a comprender, a criticar, desarrollando un aprendizaje significativo que reconstruya la mente y el cuerpo; más que un aprendizaje mecánico de las acciones de movimiento, memorístico, repetitivo, no selectivo y sin sentido.

La modelización de los procesos de enseñanza aprendizaje necesariamente debe comprender los procesos metacognitivos, a la evolución conceptual, ideas previas, historia y epistemología la emotividad, la afectividad, y por ende se verá la eficacia en la adquisición de la retención y aplicación de lo que se aprende; y en la aplicación del pensamiento crítico, reflexivo y resolución de problemas.

Los métodos más utilizados para la enseñanza de la Educación Física durante el desarrollo de una sesión de clase son:

1. Método Visual Directo: Abarca las diferentes formas de la demostración de los ejercicios.
2. Método Auditivo: El objetivo fundamental de este método, se dirige a la asimilación del ritmo de ejecución de los ejercicios por parte del grupo, teniendo en cuenta las características temporales y espacio -temporales del movimiento.
3. Método Propioceptivo: Con este método se crea la sensación dirigida del movimiento. Es muy útil en la enseñanza con escolares.
4. Método Verbal: Influencia directa del segundo sistema de señales, se puede plantear tareas, se crea una actitud hacia ellas y se dirige el proceso de ejecución de las mismas. Se analizan y valoran los resultados.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

5. Método Fragmentado: Se emplea para la enseñanza de acciones técnicas (si las mismas pueden someterse a divisiones).
6. Método De Ejercicio Estándar: Es el proceso del ejercicio estandarizado, los movimientos se repiten sin ningún tipo de variaciones substanciales de su estructura. Es muy útil para la automatización de los movimientos técnicos.
7. Método De Intervalo: Se utiliza básicamente con mecanismos de trabajo – descanso, que se puede manejar por los entrenadores dados las características individuales. Esta forma va dirigida al mejoramiento de capacidades aeróbicas y en particular al incremento de la productividad cardiaca.
8. Método del Ejercicio Variable: Este consiste en la variación dirigida de las influencias del trabajo en el transcurso de los ejercicios

Debemos tener en cuenta otros aspectos dentro de la metodología como:

1. Clases prácticas y teóricas
2. Juegos y Deportes
3. Actividades físicas y recreativas
4. Trabajo en equipo y cooperación
5. Evaluación continua y retroalimentación
6. Desarrollar habilidades motrices en deportes como Baloncesto, Futbol y Voleibol
7. Fomentar jornadas donde los estudiantes adquieran habilidades motrices y hábitos alimenticios en donde identifiquen los elementos para tener hábitos de vida saludable.

6. EL TRATAMIENTO DE LOS CONTENIDOS EN LAS ORIENTACIONES

En la mayoría de los diseños curriculares se evidencia la falta de correspondencia entre los contenidos, sus correspondientes orientaciones y la unidad didáctica. Dichas orientaciones tienen su fundamento en el empleo de las mismas estructuras del conocimiento. De tal manera que la construcción de la unidad didáctica debe basarse en las variables de complejidad motriz, nivel de intensidad del esfuerzo y en el momento de la complejidad afectivo/social. En consecuencia, se organizan según la globalización, especificidad e interdisciplinariedad junto a las tres estrategias de enseñanza: Instructiva, Participativa y Emancipativa por su valoración en los procesos de enseñanza / aprendizaje. Dentro de los procesos de formación del niño o joven no se puede restringir únicamente a los de tipo motor por lo que se hace necesario relacionarla con las diferentes dimensiones del ser humano ya en el principio evocando los postulados de Rousseau, a pesar de no pensar en una metodología para la Educación Física, apuntó a una significación del trabajo corporal. En Emilio, previó la continua ejercitación de su cuerpo, “con el objetivo de volverlo robusto y vigoroso, para que obedeciese a su alma, pues entendía que un cuerpo débil, fatalmente debilitaría al alma del individuo”.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

Este carácter funcional del ejercicio físico en favor de la educación intelectual, contemplado por Rousseau, sirvió de rumbo para pensadores de distintas áreas y en diversos países que, influidos por sus ideas, elaboraron proyectos educacionales como, por ejemplo, Basedow y Pestalozzi. Estos antiguos gestores de la Educación Física no solo pensaron en el cuerpo humano sino en la mente y en el espíritu. Los lineamientos curriculares de la Educación Física en Colombia contemplan varios procesos de formación y dimensiones del ser humanos la cuales se observan en los siguientes cuadros:

PROCESOS	COMPONENTES	PERSPECTIVA DE LOGRO
DESARROLLO FÍSICO Y MOTRIZ	⊗ Biológico. ⊗ Físico. ⊗ Químico	Valoración de la potencialidad de sí mismo como humano y como especie.
ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO Y EL ESPACIO	⊗ Construcción personal del tiempo y el espacio. ⊗ Construcción social del tiempo y el espacio.	Ubicación en la acción inmediata y próxima en la perspectiva individual y colectiva.
FORMACION Y REALIZACION TECNICA	⊗ Técnicas del cuerpo. ⊗ Acciones básicas. ⊗ Acciones complejas.	Aproximación cultural y creación en la multiplicidad de prácticas culturales.
INTERACCIÓN SOCIAL	⊗ Hábitos ⊗ Usos ⊗ Valores - Construcción y proyección personal y social de la ética	Construcción y proyección personal y social de la ética
EXPRESIÓN CORPORAL	⊗ Lenguajes ⊗ Emoción ⊗ Ambientes - Sensibilidad.	Comunicación y elaboración estética.
RECREACIÓN LUDICA	⊗ Vivencia. ⊗ Actitud.	Reencuentro consigo mismo y con los demás en ambientes libres.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

7. TRANSVERSALIZACIÓN CON OTRAS ÁREAS DEL CONOCIMIENTO.

La transversalidad, en definitiva, surge en el plano de la Reforma Educativa como una llamada de atención, vital en los tiempos presentes, sobre la necesidad de convertir la acción educativa en una acción profunda y globalmente humanizadora (Lucini, 1995:5). La Educación Física (EF), como todas las áreas, debe reconocer esta responsabilidad y lo va a hacer, en esta ocasión, mediante estrategias colaborativas e integradoras y, desde luego, sin perder de vista el movimiento como elemento que estructura su naturaleza. En consecuencia la Educación Física Transversal (EFT) sólo es un juego de palabras para resaltar y concienciar sobre la importancia de generar situaciones de aprendizaje donde los alumnos y alumnas utilicen su cuerpo en movimiento frente a tareas globales cuya resolución o práctica conlleve la asimilación de contenidos ligados tanto a la dimensión motriz como a otras dimensiones conectadas con el saber ser y el saber conocer, dimensiones esenciales si queremos cumplir con la meta educativa de construir hombres y mujeres capaces de integrarse y de producir los cambios que conduzcan a una sociedad mejor. Los contenidos y procedimientos del área permiten que el ser humano desarrolle el pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices como, por ejemplo, la resolución de problemas relacionados con la anticipación, la destreza operativa y el sentido crítico, que sean capacidades requeridas durante los procesos de abstracción y generalización para la toma de decisiones. Por su carácter vivencial, la Educación Física, Recreación y Deporte permite orientar la construcción de valores sociales base de la convivencia ciudadana como el respeto a la diferencia, a la libre elección y a la participación en decisiones de interés general. La experiencia de compartir exige reconocer el valor del otro, así como dar importancia a las reglas en la acción colectiva para el cuidado de lo público y para la construcción de acuerdos dirigidos a propósitos comunes. Por ello, el valor del juego y del conjunto de actividades sociomotrices y expresivo-corporales se manifiesta en los actos del estudiante que lo conducen a reconocerse como ser social y ser político.

A partir de la especificidad motriz, lúdica, expresiva y axiológica, puede establecerse relaciones entre las competencias del área de Educación Física, Recreación y Deporte y las competencias básicas: ciudadanas, comunicativas, matemáticas, de las ciencias sociales y de las ciencias naturales. Tales relaciones se realizan a través de procesos pedagógicos y didácticos que tienen como objetivos la formación ciudadana y los valores, el mejoramiento de los procesos comunicativos, el desarrollo del pensamiento abstracto, creativo y versátil, y la aplicación del conocimiento de las ciencias sociales y las ciencias naturales en la solución de problemas intrapersonales e interpersonales, además del reconocimiento ambiental, cultural y social. A continuación, se presenta la estrecha articulación que existe entre las competencias específicas de la Educación Física,

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

Recreación y Deporte y las competencias básicas, y cómo las primeras contribuyen al desarrollo y fortalecimiento de las últimas.

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CIUDADANAS: El desarrollo de las competencias específicas del Área de Educación Física, Recreación Deportes, por su naturaleza práctica y vivencial, facilita la construcción de ambientes de aprendizaje, experiencias y proyectos personales y grupales en los que se reconocen las propias capacidades y limitaciones. Así mismo, proporciona vivencias de respeto y tolerancia de la diversidad y la diferencia, con las que es posible realizar procesos de convivencia pacífica, elementos fundamentales en la formación de competencias ciudadanas. Las experiencias lúdicas, corporales, motrices y axiológicas permiten que el estudiante practique e identifique sus propias fortalezas y debilidades, alcance un conocimiento de sí mismo, del control de sus emociones y de sus acciones, en el marco de responsabilidades sociales como futuro ciudadano y, por tanto, sujeto de deberes y derechos. El cumplimiento de las normas, así como la posibilidad de cambiar las reglas a través de acciones de negociación y conciliación, se aprenden en el juego; por medio de este se toman decisiones y se comparten sus consecuencias para el juego mismo. Las distintas modalidades de prácticas lúdicas corporales les posibilitan a los estudiantes asumir diferentes roles, como jugadores, árbitros y organizadores, responsabilidades que vivencian en contextos de relación con sus compañeros o con sus antagonistas. En el propio desenvolvimiento de la toma de decisiones, el estudiante aprende que debe tener en cuenta tanto las opiniones de sus compañeros como las de los contrarios, y que debe asumir las consecuencias que éstas tengan para la convivencia dentro del grupo. Las acciones de la Educación Física, Recreación y Deporte en diferentes espacios culturales, sociales y ambientales proporcionan al estudiante experiencias frecuentes y diversas de interacción e inclusión; frente a estas situaciones él aprende a tener flexibilidad de adaptación, así como las habilidades suficientes y necesarias para una relación armónica para comportarse en variadas condiciones y contextos.

Igualmente, la práctica de la actividad física fortalece el cuidado de sí mismo y de los demás. Desde esta perspectiva, la ética del cuidado (MEN, 2006, p. 158) juega un papel de vital importancia; por ello, en el desarrollo de la clase es preciso tener claro que el estudiante debe estar atento al buen desarrollo de su práctica física para no hacerse daño y no hacerlo a otros. Este principio de acción en la clase es lógicamente extrapolable a elementos de la formación ciudadana, como son el respeto al otro, a las reglas y a sí mismo.

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS COMUNICATIVAS: El valor comunicativo del movimiento corporal como primera manifestación de la comunicación humana, abre espacios para la producción de lenguajes corporales en las diferentes

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

prácticas motrices, expresivas y lúdicas. Dichas prácticas contribuyen a la construcción de sistemas simbólicos, estructuran conceptos y experiencias de diverso orden, para generar conocimientos, técnicas o saberes y enriquecer procesos de socialización y de creación. La exploración de diversos gestos y actitudes proporciona el descubrimiento de mensajes significativos a los participantes de prácticas corporales y expresivas de relación e interacción. No solo se reconoce el sentido de las propias acciones y las de los otros, sino que se comprenden, aplican y vivencian diferentes valores.

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS MATEMÁTICAS: Desde diferentes campos de investigación se ha demostrado la relación de la motricidad con el desarrollo cognitivo del ser humano y su papel fundamental para la sobrevivencia en relación con el medio y la producción de conocimiento. La relación de las competencias del área de Educación Física, Recreación y Deporte con las competencias matemáticas se produce por el carácter motriz y senso-motriz de las primeras nociones temporales-espaciales de tamaño, forma, distancia y seriaciones, las cuales posibilitan las condiciones para el desarrollo del pensamiento matemático. Es preciso recordar que las nociones referidas son de índole mental y de origen motriz; se constituyen, por tanto, en las bases desde las que se desarrolla el pensamiento matemático. A través de las experiencias motrices y senso-motrices se explora el espacio, se usa los objetos y se reconoce las posibilidades y limitaciones del desplazamiento y el movimiento humano. Se genera experiencias que relacionan el pensamiento espacial y los sistemas geométricos.

A partir de la idea del cuerpo como medida de todas las cosas, son múltiples y diversas las posibilidades de articulación de las situaciones de movimiento corporal con la formación del pensamiento lógico y estratégico, que exige planeación y aplicación hacia diversos campos de la experiencia humana. La resolución de problemas a partir del juego, desarrolla en los estudiantes un pensamiento creativo y divergente. Esta relación hace posible la exploración motriz de diferentes soluciones y lleva a los estudiantes a realizar preguntas, aplicar conocimientos previos, inferencias y determinaciones para encontrar una solución efectiva. Sin embargo, el camino de la exploración contribuye y permite al estudiante descubrir diversas formas de enfrentarse a situaciones, sortearlas y solucionarlas. Tales eventos no solo les permiten adquirir un buen desempeño en el campo físico, recreativo y deportivo, sino que los fortalece y prepara para consolidar y avanzar en el desarrollo del pensamiento matemático, uno de los propósitos fundamentales de la Educación Preescolar, Básica y Media.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES: Las prácticas propias de la clase de Educación Física, Recreación y Deporte, según cómo se planifiquen y orienten, tienen relación con los procesos de conocimiento de las Ciencias naturales y de las Ciencias sociales. Las relaciones con el entorno vivo, físico, tecnológico, cultural y social se facilitan y mejoran a través de experiencias lúdicas, corporales, expresivas y motrices, dirigidas con toda intención hacia esos propósitos. Las acciones corporales y motrices suponen el seguimiento de procesos y conocimientos requeridos para la comprensión del mundo, de las cosas y de las interacciones humanas y sociales. En efecto, antes y durante la realización de una experiencia corporal, lúdica y expresiva, el estudiante formula soluciones, utiliza metodologías y procedimientos en una fracción de tiempo necesario para anticipar el éxito de la acción. Para ello, son necesarios los conocimientos de las Ciencias naturales y sociales. A partir de las metas de formación planteadas en los Estándares Básicos de Competencias en Ciencias, tanto naturales como sociales, se apoya el desarrollo de las competencias específicas del área de Educación Física, Recreación y Deporte, en la medida en que educamos personas que se asumen como parte de un todo social y natural, como líderes que reflexionan acerca de los fenómenos, tanto naturales como sociales y que además construyen miradas críticas conducentes a la transformación de su entorno. Las reflexiones sobre el cuidado del cuerpo y el ambiente nos permiten abordar problemas que favorecen la tarea de preparar a los estudiantes para que actúen de manera responsable y tomen decisiones favorables para ellos mismos y para la sociedad donde se desenvuelven. Estos propósitos se relacionan con las competencias científicas porque nos ayudan a conocer el mundo, ser parte de él, actuar solidariamente, fortalecer la capacidad para pensar de manera autónoma y para construir una actitud propositiva.

El pensamiento estratégico presente en las actividades desarrolladas en Educación Física requiere que los estudiantes planteen preguntas, formulen hipótesis, analicen las condiciones del contexto y tomen decisiones. Las competencias científicas potencian el desarrollo de diferentes formas de aproximación a la realidad. A través de la observación, el análisis, la comparación, entre otros, logramos que los estudiantes no sólo reconozcan las reglas y los procesos de socialización presentes en el juego, sino que también fortalezcan el pensamiento holístico, primer paso para la interacción en un mundo complejo y cambiante. Los estándares básicos de competencias en Ciencias invitan a los maestros y estudiantes a desarrollar compromisos personales y sociales relacionados con el respeto por las opiniones diferentes a las propias, a la participación activa en la construcción de conocimiento y al fortalecimiento del trabajo en equipo. Es precisamente en este último aspecto donde es importante vincular el desarrollo de competencias

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

básicas con las competencias específicas del área de Educación Física, Recreación y Deporte.

8. EVALUACIÓN

El Departamento de Educación Física de acuerdo a unificación de criterios ante el concepto evaluativo con cada uno de los estudiantes en las diferentes tareas a cumplir en la parte teórica y práctica, hemos definido los siguientes puntos a tener en cuenta para el concepto valorativo de su logro:

- ❖ Se valorará en cada clase la puntualidad y asistencia.
- ❖ La presentación personal, los valores, el respeto, solidaridad, compañerismo y trabajo en equipo en cada una de las actividades desarrolladas en clase práctica - teórica.
- ❖ El interés y motivación en el transcurrir de las diferentes tareas específicas que se desarrollan progresivamente, según el plan de área.
- ❖ Demostración y asimilación de cada una de los logros propuestos.
- ❖ La actitud de Liderazgo frente al desarrollo de las clases.
- ❖ Participación en los Juegos Inter clases
- ❖ Participación en los Juegos Intercolegiados.
- ❖ Participación en eventos Departamentales y Nacionales en representación de nuestra Institución.
- ❖ Asistencia y colaboración en actividades Culturales y Deportivas que se realizan según programaciones en el año lectivo.
- ❖ La presentación personal, los valores, el respeto, solidaridad, compañerismo y trabajo en equipo en cada una de las actividades desarrolladas en clase.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN GENERALES DE EDUCACIÓN FÍSICA

- ❖ El estudiante debe cumplir en el año lectivo 2025 con los ejes temáticos propuestos en cada uno de los periodos académicos de los fundamentos básicos deportivos y ejercicios requeridos por el docente.
- ❖ El estudiante debe portar adecuadamente el uniforme de educación física según lo establecido en el pacto de convivencia.
- ❖ El estudiante debe participar e integrarse activamente en las diferentes actividades de la clase.
- ❖ El estudiante que presente impedimento físico para realizar la clase práctica debe acreditar certificado médico al inicio de labores académicas al docente.
- ❖ El estudiante que durante el desarrollo académico año 2025
- ❖ presente quebrantos de salud o lesión física, debe presentar incapacidad médica a su profesor correspondiente.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

- ❖ El estudiante de alto rendimiento deportivo justificará sus ausencias con certificado de la liga o Club al que pertenece.
- ❖ Todo estudiante deportista que represente a la Institución educativa Emanuel, debe mostrar un excelente rendimiento académico y disciplinario.
- ❖ El estudiante que presente incapacidad médica para la realización de la clase práctica, justificara su nota con un trabajo determinado por el docente de área.
- ❖ El estudiante dará un buen manejo a las instalaciones y escenarios; como también a los diferentes implementos deportivos.
- ❖ El estudiante debe presentar un comportamiento ejemplar con sus compañeros de clase y su respectivo docente de área.

ESCALA NACIONAL	LITERALES	RANGOS
Desempeño superior	Su	9.7-10.00
Desempeño Alto	Al	8.0 – 9.96
Desempeño Básico	Bs	6.5-7.99
Desempeño Bajo	Bj	1.00 -6.49

9. R E C U R S O S

Institucionales: Sede de la I.E. Emanuel, Alcaldía Municipal de Arauca, IMDER (Instituto Municipal del Deporte).

Humanos: Rector I.E. Emanuel, Coordinadores I.E. Emanuel, Docentes Integrantes Departamento de Educación Física, Docentes Integrantes Departamento de Educación Física, Docentes diferentes áreas, Monitores diferentes disciplinas deportivas IMDER, Padres de Familia Comunidad Emanuelista.

Implementos deportivos y Escenarios: Balones: Baloncesto, Fútbol, Voleibol, Fut-sala y Balonmano, Cuerdas, Conos, Tacos, Pitos, Cartelera, Internet, Televisor, Colchonetas, Tableros de ajedrez, Mesas de ping-pong, Campos deportivos: Fútbol, voleibol, baloncesto, pista atlética, Textos bibliográficos y conferencia

Económicos: Se recomienda al rector de nuestra Institución Educativa, vincularse directamente en el presente Plan de Área y se nos de apoyo necesario en la consecución de los diferentes implementos deportivos; como también el apoyo decidido si los alumnos

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

clasifican a la fase departamental, nacional e internacional supérate intercolegiados, en lo que se refiere a los gastos de transporte de los deportistas.

También cuando relacionemos a comienzo de año lectivo las necesidades primarias, que serán vitales para poder dar un buen cumplimiento a los diferentes logros y Metas en programadas en las Escuelas de formación; cantera de deportistas, quienes nos representarán en las diferentes competencias Intercolegiados.

10.BIBLIOGRAFIA

- Ley General de la educación
- Lineamientos Curriculares de educación Física.
- ATLETISMO BASICO. Fundamentos de pista y Campo. Lic.Clareth Jaramillo R. Editorial Kinesis 1999.
- KAPLAN OLDRICH. Voleibol Actual. Editorial Stadion. 1981
- JUGUEMOS VOLEIBOL. Deporte Escolar y Colegial. Gabriel Aldana Alzate. Editorial Grafiarte. 2007
- TEXTO BASICO DE EDUCACIÓN FISICA. Grupo editorial FECON LTDA.
- GIMNASIA SOLO GIMNASIA. Héctor Peralta B. 1986
- COMPOSICIÓN PARA PRESENTACIONES. Revistas Gimnasticas. Héctor John Peralta. 1988.
- BALONCESTO. TÉCNICAS DEL BALONCESTO. MOACIR DAIUTO.
- DOCUMENTO 15 LINEAMIENTOS CURRICULARES DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL MEN

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 6º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 Semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: ¿Cómo incide en mi práctica del atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el atletismo en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del atletismo como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO HÁBITOS DEL CUIDADO PERSONAL Y DE SU ENTORNO Características del atletismo. Pruebas Atléticas: Decathlon, Maratón, Heptatlón etc.	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica para marcha atlética, y manejo del taco. Propositiva: Proponer ensayos para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Historia y Reglamento Procedimental: Practico ejercicios de habilidades fundamentales de acondicionamiento físico, resistencia, fuerza y velocidad Actitudinal: Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física	Participo de los Festivales de Atletismo y realiza bien la técnica de salida. Libre y el manejo del taco. Explico por medio de una exposición la historia del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 6º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO Pases y recepciones: pasar, conducir, driblar, etc. Control del balón móvil y estático. Utilización del balón., Driblin, pase, saques. Aplicación de las reglas básicas del baloncesto. JUEGOS INTERCLASES Voleibol, Baloncesto, Futbol 9, Microfutbol, Quemado, ajedrez	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del baloncesto como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica básica. Propositiva: Proponer ensayos y repeticiones para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Historia / Reglamento Procedimental: Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física: Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación. Actitudinal: Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud	En un partido aplico las técnicas aprendidas y el reglamento básico del Balón mano. Explica por medio de una exposición el concepto de higiene deportiva

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 6º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FUTBOL

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del futbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo incide la práctica del futbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del futbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL Fundamentos técnicos básicos del fútbol Superficies de contacto y acciones de movimientos relacionadas con las diferentes superficies Historia del futbol en el contexto mundial.	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del futbol como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de las superficies de contacto. Propositiva: Proponer ensayos y repeticiones para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Historia Reglamento Procedimental: Aplico la técnica adecuada para ejecutar pases y recepciones del balón con el borde externo, interno y empeine Actitudinal: Respeto las normas del juego	En un partido aplico las técnicas de superficie de contacto: Empeine, borde externo e interno. Explica por medio de una exposición el reglamento del futbol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 7º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

- COGNITIVA: ¿Cuál es la importancia del atletismo y el buen manejo del taco y la marcha atlética?
- PERSONAL: Porque es muy útil el saber manejar el taco en la salida.
- SOCIAL: Valoro los conocimientos técnicos en el manejo del taco para mejorar la rapidez en la salida.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO HÁBITOS DEL CUIDADO PERSONAL Y DE SU ENTORNO Características del atletismo. Pruebas Atléticas: Decathlon, Maratón, Heptatlón etc.	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica para marcha atlética, y manejo del taco. Propositiva: Proponer ensayos para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Historia y Reglamento Procedimental: Practico ejercicios de habilidades fundamentales de acondicionamiento físico, resistencia, fuerza y velocidad Actitudinal: Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física	Participo de los Festivales de Atletismo y realiza bien la técnica de salida. Libre y el manejo del taco. Explico por medio de una exposición la historia del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 7º

PERIODO: II

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL CONSTRUCCIÓN DE LENGUAJES CORPORALES saques Bajo, Alto, brasilero Sacar de la zona Recepción del servicio Pases en círculo Pas Antebrazo Colocación Postas con pelota Pases del balón por grupos	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del voleibol como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica básica. Propositiva: Proponer ensayos y repeticiones para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Reglas básicas Capacidad física Procedimental: Identifico las posiciones fundamentales del voleibol: Pase frontal, Individual Parejas Tríos Actitudinal: Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación.	En un partido aplico las técnicas y reglamento aprendidos. Explica por medio de una exposición el reglamento del voleibol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 7º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E.PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO Preparación física general y específica de los deportes de conjunto Juegos Básicos: Manipulaciones y dribles con pelotas. Pases y recepciones con segmentos superior. JUEGOS INTERCLASES Microfutbol, Voleibol, Baloncesto, Ajedrez, Quemado, Futbol 9	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de paradas, amagos y saltos. Propositivas: Presento diversas alternativas para lograr la técnica correcta.	Conceptual: Pulso Aeróbico Anaeróbico Reglas Procedimental: Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en la clase. Actitudinal: Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física, como resistencia, velocidad y coordinación	En el desarrollo de una práctica demuestro las paradas, saltos y amagos. Explica por medio de una exposición las reglas básicas del baloncesto

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES **GRADO** 7º **PERIODO:** IV **TIEMPO:** 10 SEMANAS

EJE GENERADOR: FÚTBOL

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL Preparación física general y específica de los deportes de conjunto Juegos Básicos del Futbol. Conducción con balón. Pases y recepciones con segmentos superior. Movimientos técnicos relacionados con los diferentes segmentos del cuerpo como: desviar, pasar, controlar etc.	Competencia Motriz: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la ejecución de recepciones con el pecho, muslo -pie. Propositivas: Presento diversas alternativas para lograr la técnica correcta.	Conceptual: Reglamento básico motricidad Procedimental: Práctico libremente ejercicios con implementos deportivos como la pelota, el lazo, entre otros, para desarrollar mi coordinación Psicomotora. Actitudinal: Demuestro respeto hacia mi cuerpo y el de los demás.	 Demuestro el dominio en la recepción de balones con el muslo, pecho y pie. Explica por medio de una exposición la historia del futbol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 8º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: Como inciden los Ejercicios Gimnásticos para mi salud y bienestar.

PERSONAL: Como influye la Gimnasia en mi desarrollo corporal

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica de los Ejercicios Gimnásticos como Beneficio para la salud y el desarrollo corporal.

UNIDA TEMÁTICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Reglamentos de Vallas, marcha. Torneo atlético Reglamento básico y juzgamiento del torneo atlético. Historia del Atletismo. Desarrollo histórico de la educación física desde el hombre primitivo hasta siglo XXI.	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y estrategias para la realización del paso en la valla. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Atletismo La pista, Vallas Procedimental: Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. Actitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Realizo el paso sobre la valla sin derribarla Explico por medio de una exposición las reglas básicas del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 8º

PERIODO: II

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS (voleibol) Saques (Bajo, Alto) Recepción del servicio Pases en círculo Pasar con antebrazo Pase de dedos	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. Competencia Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del servicio. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	Conceptual: Historia Reglas básicas Procedimental: Realizo actividades en tiempos y espacios diversos, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones y niveles. Actitudinal: Atiendo las orientaciones del docente sobre mi tiempo para jugar y realizar la actividad física.	En desarrollo del juego ejecuto el servicio bajo o tenis. Explico por medio de una exposición los movimientos locomotores y los no locomotores

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE **GRADO:** 8º **PERIODO:** III **TIEMPO:** 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS EN EL BALONCESTO COMO DEPORTE FORMATIVO Marcaje y desmarcase de un oponente o varios. Pase y corte Parada finta. Pantalla. JUEGOS INTERCLASES Baloncesto, Futbol 9, Microfutbol, Voleibol, Quemado, Ajedrez	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del driblin y el pase. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	Conceptual: Historia Reglas Movilidad articular Procedimental: Consolido las destrezas del movimiento (saltos, giros, manipulaciones, desplazamientos, y control del equilibrio) Actitudinal: Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase.	En desarrollo del juego realizo el driblin, pases y recepciones. Por medio de una exposición explico la movilidad articular

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 8º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FÚTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL Juegos Básicos: Manipulaciones y dribles con balón. Pases y recepciones con segmentos superior. Movimientos técnicos relacionados con los diferentes segmentos del cuerpo como: desviar, pasar, rematar, conducir, driblar, etc.	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje de conducción del balón. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje	Conceptual: Historia Reglamento Procedimental: Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase Actitudinal: Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar ejercicios.	En desarrollo del juego realizo transporte y conducción del balón con ambos pies. Explico por medio de una exposición las reglas del Futbol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES GRADO: 9º PERIODO: I TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: Como inciden los Ejercicios de atletismo para mi salud y bienestar.
PERSONAL: Como influye el atletismo en mi desarrollo corporal
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica de los Ejercicios atléticos como Beneficio para la salud y el desarrollo corporal.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Las cualidades físicas condicionantes: Velocidad Fuerza Resistencia aerobia y anaerobia Flexibilidad, coordinación y equilibrio estático y dinámico. Maratón Media Maratón	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y estrategias para la realización de carreras con obstáculos Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: - Flexibilidad - Equilibrio - Agilidad Procedimental: - Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. Actitudinal: - Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Demuestro equilibrio y agilidad en la realización de carreras de obstáculos y relevos. Por medio de una exposición explico el respeto por el cuerpo humano.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES **GRADO:** 9º **PERIODO:** II **TIEMPO:** 10 semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

EJE TEMATICO	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	INDICADOR DE DESEMPEÑO	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS (voleibol) Saques -Bajo -Alto Pases con antebrazo Pase de dedos (voleo) Remates Juegos Predeportivos J. INTERCLASES: Voleibol, Baloncesto, Microfutbol, Futbol 9, Quemado, Ajedrez	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje	Conceptual: •Formas básicas de desplazamiento. • Juegos de relevos • Percepción motriz. Procedimental: Manejo mi cuerpo por sector: derecho e izquierdo, arriba, abajo precisando mi coordinación y afianzando mi lado dominante. Actitudinal: •Atiendo las orientaciones del docente sobre mi tiempo para jugar y realizar la actividad física.	En desarrollo del juego realizo el gesto técnico del remate en todo su dominio y diferentes perspectivas. Explico por medio de una exposición la frecuencia cardiaca y le tomo la (FC) a un compañero.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES GRADO: 9º PERIODO: III TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C.ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO Historia Reglamento Pases Conducción Recepciones Reglas Básicas Juego Ofensivo Juego Defensivo	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios de lanzamientos al aro. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Baloncesto Lanzamientos Procedimental: • Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. Actitudinal: • Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva.	En desarrollo del juego demuestro dominio de la técnica de lanzamiento. Explico por medio de una exposición el plano, sagital, frontal. Horizontal y vertical

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRERADO: 9º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FÚTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

U. TEMATICA	. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVI DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS Posición de los jugadores Saque Pases Recepción Ataque (remate) Defensa de campo Juegos En Tríos	Competencia Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. Competencia Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. Competencia axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositiva: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Movimiento Signos vitales Técnicas Procedimental: Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Actitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	En desarrollo del juego demuestro dominio de la técnica de cabeceo. Explico por medio de una exposición los signos vitales del ser humano

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 10º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 Semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: ¿Qué importancia tiene en el atletismo los lanzamientos de disco e impulsión de la bala?

PERSONAL: ¿Cómo aprovecho el conocimiento teórico de la metodología de lanzamiento para un mejor logro deportivo?

SOCIAL: Valoro la importancia de la técnica de lanzamientos para mejores resultados deportivos.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Impulsión de la bala Lanzamiento del disco. JUEGOS INTERCLASES Microfutbol, Baloncesto, Voleibol, Ajedrez, Futbol 9, Quemado	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Resistencia, Fuerza Velocidad, Coordinación Procedimental: Identifico mis fortalezas para controlar los segmentos corporales donde mejoro mi desempeño físico y mental. Actitudinal: Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación y colaboración.	Durante festival atlético ejecuto lanzamientos e impulsiones del disco y la bala. Identifico y comprendo las diferentes posiciones corporales en las diferentes pruebas atléticas Explico por medio de una exposición la historia del lanzamiento de disco y bala.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES **GRADO:** 10º **PERIODO:** II **TIEMPO:** 10 Semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

- COGNITIVA:** ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar
- PERSONAL:** ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
- SOCIAL:** Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

EJE TEMATICO	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	I. DE DESEMPEÑO	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL EL BLOQUEO: ✓ Individual. ✓ Doble. ✓ Triple.	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. Competencia Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. Competencia axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Cooperación Compromiso Comunicación Bloqueo Procedimental: Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física Actitudinal: Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva.	Es creativo cuando participa en un partido de voleibol. Explico por medio de una exposición la importancia de la cooperación, compromiso y comunicación en los deportes de conjunto

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES **GRADO:** 10º **PERIODO:** III **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: BALONCESTO
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

EJE TEMATICO	. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	I. DE DESEMPEÑO	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO Doble Ritmo ✓ Entrada por la derecha. ✓ Entrada por la izquierda.	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Doble ritmo Resistencia aeróbica y anaeróbica Procedimental: Coordino patrones básicos de movimiento y conservo mi equilibrio en la ejecución de ellos Actitudinal: Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud	 Durante un partido se evidencio dominio en el doble ritmo. Explico por medio de una exposición la resistencia aeróbica y anaeróbica

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 10º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FUTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL SUPERFICIES DE CONTACTO: ✓ Borde interno. ✓ Borde externo. ✓ Talón. ✓ Punta. ✓ Pases.	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Capacidades coordinativas Capacidades condicionales Procedimental: Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase Actitudinal: Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	Durante un partido se evidencio dominio en la realización de los pases. Explico por medio de una exposición las capacidades coordinativas y las capacidades condicionales

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: ¿Cuáles son los procedimientos técnicos para un buen lanzamiento de la jabalina?

PERSONAL: ¿Cómo incide en rendimiento una buena ejecución de lanzamiento?

SOCIAL: Identifico claramente la importancia de una buena técnica para mejores resultados deportivos.

GRADO: 11º

PERIODO: I

TIEMPO: :10 Semanas

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO LANZAMIENTO: Jabalina Disco J. INTERCLASES Voleibol, Baloncesto, Futbol 9, Microfutbol, Quemado, Ajedrez	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica de lanzamiento de la jabalina. Propositiva: Proponer ensayos para su aprendizaje y dominio	Conceptual: Lanzamientos Fuerza Velocidad Coordinación Ficha antropométrica Procedimental: Reconozco mis destrezas motoras para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. (lanzamiento, disco, bala jabalina) Actitudinal: Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase por el docente	Durante festival atlético realizo con dominio técnico lanzamiento de la jabalina. Explico por medio de una exposición la importancia de la frecuencia cardiaca en los seres humanos. Explico por medio de una exposición el test de cooper

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO: 11º

PERIODO: II

TIEMPO: 10 Semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL LAS PERMUTAS. SISTEMA DE JUEGO	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	Conceptual: Fuerza Velocidad Permuta Actitud dinámica Procedimental: Aplico reglas básicas y técnicas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. (voleibol) Actitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	En un partido de voleibol demuestro buen dominio de la técnica del servicio-voleo y antebrazo. Por medio de una exposición explico la importancia los sistemas de juego

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES **GRADO:** 11º **PERIODO:** III **TIEMPO:** 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO DEFENSA DE CAMPO: ✓ Partidos. Sistemas De juego	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	Conceptual: Motricidad Resistencia Fuerza Coordinación Procedimental: Realizo actividades en tiempos y espacios diversos, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar. Actitudinal: Atiendo las indicaciones del docente sobre la forma correcta de realizar ejercicios.	En un partido de baloncesto realizo buen dominio de la técnica defensiva. Explico por medio de una exposición los tipos de motricidad

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES GRADO: 11º PERIODO: IV TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FÚTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL FUNDAMENTOS TÉCNICOS: ✓ Volea. ✓ Balón en movimiento. ✓ Remates.	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporales C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	Conceptual: Volea Capacidad condicional Capacidad coordinativa Procedimental: Identifico los fundamentos básicos del Fútbol. Actitudinal: Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva	 En un partido de fútbol, demuestro buen dominio de la técnica defensiva. Realizo una exposición explicando la importancia de la capacidad coordinativa y la capacidad condicional

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

TEORIA DEPORTIVA

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 6º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de conocer los efectos del ejercicio físico en mi organismo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO	Competencia Motriz Reconozco la importancia del deporte para el ser humano C. expresiva corporal Combino la teoría y la práctica de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Axiología corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	Interpretativa: Reconozco la importancia del deporte como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en la aplicación del reglamento por parte del árbitro en un partido de fútbol Propositiva: Escribe un resumen sobre el deporte y la salud	Conceptual: Identifico la importancia del deporte para la humanidad. Procedimental: Elaboro un resumen sobre el reglamento del atletismo Actitudinal: Valoro el reglamento del atletismo y lo coloco en practica	Elaboro un resumen sobre la historia del deporte Explica por medio de una exposición el reglamento del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA **GRADO:** 6º **PERIODO:** II **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: VOLEIBOL
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la teoría deportiva.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	Expresiva motriz: Establezco diferencias y similitudes entre el voleibol y el fútbol Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia del voleibol como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica básica. Propositiva: Escribo un resumen sobre la importancia del voleibol	Conceptual: Identifico el origen del voleibol y su importancia Procedimental: Elaboro un mapa conceptual sobre la importancia del deporte Actitudinal: Reconozco las fortalezas y debilidades de mis compañeros para el deporte y las respeto.	Explico los tipos de saque en voleibol Explica por medio de una exposición el reglamento del voleibol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 6º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 Semanas

EJE GENERADOR: FUTBOL

COGNITIVA: ¿Cómo incide en mí, el conocimiento de la práctica del futbol para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye la Gimnasia en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia del reglamento dl futbol para evitar lesiones al hacer prácticas.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FUTBOL	Competencia Motriz: Comprendo las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Valoro la importancia que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Reconozco la importancia de la práctica del futbol como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores técnicos en la ejecución de los fundamentos básicos del futbol Propositiva: Elaboro un ensayo sobre la historia del futbol	Conceptual: Identifico el origen y la importancia del atletismo Procedimental: Elaboro un resumen sobre la importancia de la gimnasia. Actitudinal: Escucho y expreso mi opinión sobre los deportes y respeto las opiniones de los demás.	Explico la historia del futbol y algunas reglas básicas Explica por medio de una exposición la importancia de la práctica de un deporte como es el futbol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO 7º PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la teoría deportiva como Beneficio para las diferentes prácticas deportivas

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO	Competencia Motriz: Combino la teoría y las tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. Competencia Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. Competencia axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la ejecución de las salidas en el atletismo Propositivas: Explico diversas alternativas para lograr la técnica correcta.	Conceptual: Identifico los diferentes tipos de deportes Procedimental: Práctico libremente ejercicios con implementos deportivos como las vallas, el lazo, entre otros, para desarrollar mi coordinación Psicomotora. Aptitudinal: Demuestro respeto hacia mi cuerpo y el de los demás.	Explico en que consiste el atletismo Explica por medio de una exposición la historia y origen del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA:
EJE GENERADOR:
COGNITIVA:
PERSONAL:
SOCIAL:

TEORÍA DEPORTIVA
BALONCESTO
¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
Valoro la importancia como tomar la frecuencia cardiaca Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

GRADO: 7º PERIODO: III TIEMPO: 10 semanas

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	Competencia Motriz: Combino la teoría y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. C. Expresiva Corporal: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. C. axiológica Corporal: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de paradas, amagos y saltos. Propositivas: Presento diversas alternativas para lograr la técnica correcta.	Conceptual: Identifico y explico el concepto de frecuencia cardiaca. Procedimental: Establezco similitudes y diferencias entre el voleibol y el baloncesto Aptitudinal: Comprendo y aplico la importancia del juego limpio en el deporte	Explico como tomar la frecuencia cardiaca Explica por medio de una exposición las reglas básicas del baloncesto

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 8º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: Como incide los Ejercicios Gimnásticos para mi salud y bienestar.

PERSONAL: Como influye la Gimnasia en mi desarrollo corporal

SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de la gimnasia p a r a ejecutar diversos ejercicios.

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO	C. Expresivo Motriz: Comprendo la importancia del atletismo en los diferentes deportes C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.	Interpretativa: Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico de manera teórica las diversas formas y estrategias para la realización del tanque y media Luna. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Determino las características de una pista atlética Procedimental: Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. Aptitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Explico oralmente como se realiza las salidas en atletismo Explico por medio de una exposición las reglas básicas del atletismo

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA GRADO: 8º PERIODO: II TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incido la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influyo el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia conocer las diversas formas de hacer ejercicio como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	C. Expresiva Motriz: Estudio técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del servicio. Propositivas: Presento diversas formas de hacer ejercicio como alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Identifico las reglas básicas del voleibol Procedimental: Realizo actividades en tiempos y espacios diversos, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones y niveles. Aptitudinal: Atiendo las orientaciones del docente sobre mi tiempo para jugar y realizar la actividad física.	Explico oralmente el servicio bajo o tenis. Explico por medio de una exposición los movimientos locomotores y los no locomotores

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 8º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de conocer el reglamento del baloncesto para mejorar en las practicas

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	C. Expresivo Motriz: Comprendo aspectos teóricos del reglamento del baloncesto C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del dribling y el pase. Propositivas: Presento un resumen sobre la importancia del baloncesto	Conceptual: Identifico las reglas del baloncesto Procedimental: Consolido las destrezas del movimiento (saltos, giros, manipulaciones, desplazamientos, y control del equilibrio) Aptitudinal: Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase.	Explico oralmente como realizo el dribling, pases y recepciones. Por medio de una exposición explico la movilidad articular

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA GRADO 8º PERIODO: IV TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FÚTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la teoría deportiva como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	C. Expresiva Motriz: Comprendo técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje de conducción del balón. Propositivas: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje	Conceptual: Identifica la historia y origen del fútbol Procedimental: Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase Aptitudinal: Atiendo las indicaciones del profesor sobre la forma correcta de realizar ejercicios.	Explico como influye el deporte en la salud Explico por medio de una exposición las reglas del Futbol

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

AREA:TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 9º

PERIODO: I

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO.

COGNITIVA: Como inciden los Ejercicios Gimnásticos para mi salud y bienestar.

PERSONAL: Como influye la Gimnasia en mi desarrollo corporal

SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de los Ejercicios Gimnásticos como Beneficio para ejecutar ejercicios.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO	C. Expresivo Motriz: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución en ejercicios de gimnasia C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia de la gimnasia en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y estrategias para la realización del Yuste, Arco y Puente. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Identifica lo conceptos básicas de la gimnasia manos libres. Procedimental: Elabora un resumen sobre flexibilidad y equilibrio. Aptitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Con ayuda de un compañero explico los movimientos del Yuste – Arco y Puente. Explico los conceptos de equilibrio, fuerza y agilidad Por medio de una exposición explico el respeto por el cuerpo humano.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 9º

PERIODO: II

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

- COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
- PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
- SOCIAL: Valoro la importancia de la conocer las técnicas del voleibol para mejorar en las prácticas

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	C. Expresivo Motriz: Identifico las formas para tomar la frecuencia cardiaca C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivo: Explico la importancia de saber tomar la frecuencia cardiaca por medio de un resumen	Conceptual: Describe la importancia del deporte y el ejercicio en la vida del ser humano. Procedimental: Identifica las formas básicas de desplazamientos. Aptitudinal: Reconoce los fundamentos técnicos del voleibol.	Explico oralmente las técnicas del voleibol Explico por medio de una exposición la frecuencia cardiaca y le tomo la (FC) a un compañero.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 9º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de baloncesto para practicarlo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	C. Expresivo Motriz: Identifico las reglas del baloncesto C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Comprende la historia del Baloncesto. Procedimental: Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. Aptitudinal: Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva.	Explico la técnica de lanzamiento y los tipos de drible Explico por medio de una exposición el plano, sagital, frontal. Horizontal y vertical

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 9º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FÚTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de conocer las técnicas del futbol como Beneficio para practicas

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	C. Expresivo Motriz: Comprendo la importancia de saber tomar los signos vitales. C. Expresiva Corporal: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. C. axiológica Corporal: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	Conceptual: Identifica y comprende los conceptos teóricos sobre los signos vitales. Procedimental: Establece diferencias y semejanzas entre frecuencia cardiaca y frecuencia respiratoria. Aptitudinal: Describe la historia del deporte.	Explico de manera oral las técnicas del Futbol Explico por medio de una exposición los signos vitales del ser humano

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 10º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de conocer el reglamento del baloncesto y su importancia en un partido

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	C. Expresivo Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos conceptos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositiva: Establezco similitudes y diferencias entre resistencia aeróbica y anaeróbica	Conceptual: Reconoce la historia del Baloncesto. Procedimental: Coordino patrones básicos de movimiento y conservo mi equilibrio en la ejecución de ellos Aptitudinal: Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud	Explico el reglamento del baloncesto Explico por medio de una exposición la resistencia aeróbica y anaeróbica

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 10º

PERIODO: IV

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: FUTBOL.

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia conocer el reglamento del futbol para las practicas.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	C. Expresivo Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento un resumen las diversas alternativas para mejorar la higiene corporal	Conceptual: Explica los conceptos sobre las capacidades coordinativas y condicionales Procedimental: Comprende la importancia de la Higiene Corporal. Aptitudinal: Aplico las recomendaciones sobre higiene corporal antes, durante y después de la actividad física.	Explico el reglamento del futbol Explico por medio de una exposición las capacidades coordinativas y las capacidades condicionales

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 11º

PERIODO: I

TIEMPO: :10 Semanas

EJE GENERADOR: ATLETISMO

COGNITIVA: ¿Cuáles son los procedimientos técnicos para un buen lanzamiento de la jabalina?

PERSONAL: ¿Cómo incide en rendimiento una buena ejecución de lanzamiento?

SOCIAL: Identifico claramente la importancia de una buena técnica para mejores resultados deportivos.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física el test de cooper. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. Argumentativa: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica de lanzamiento de la jabalina. Propioceptiva: Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase por el docente	Conceptual: Identifica las diferentes modalidades del atletismo de Campo y pista. Procedimental: Valora y reconoce el Trabajo aeróbico y anaeróbico. Aptitudinal: Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. (lanzamiento, disco, bala jabalina)	Explico la importancia de conocer las técnicas y el reglamento del deporte que practico Explico por medio de una exposición la importancia de la frecuencia cardiaca en los seres humanos. Explico por medio de una exposición el test de cooper

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 11º

PERIODO: II

TIEMPO: 10 Semanas

EJE GENERADOR: VOLEIBOL.

COGNITIVA ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	Competencia Motriz: Comprendo el concepto de rotación en voleibol. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositiva: Explico por medio de un resumen las posiciones fundamentales del voleibol.	Conceptual: Reconoce algunas reglas del juego de voleibol. Procedimental: Identifica las pociones fundamentales del voleibol. Entiende la rotación en el juego del voleibol. Aptitudinal: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Explico las técnicas del voleibol Explico por medio de un ensayo las reglas del voleibol Por medio de una exposición explico la importancia de la actitud dinámica en el deporte.

	Institución Educativa Emanuel RS SAS ZOMAC		Código: GAPA - 001
	PROCESO/ DEPENDENCIA	GESTIÓN ACADEMICA - PLANEACIÓN ACADÉMICA	Versión: 001
	PLAN DE ÁREA	EDUCACIÓN FÍSICA	Fecha: 28/02/2024

ASIGNATURA: TEORÍA DEPORTIVA

GRADO: 11º

PERIODO: III

TIEMPO: 10 semanas

EJE GENERADOR: BALONCESTO

COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar

PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?

SOCIAL: Valoro la importancia de conocer las técnicas y el reglamento de voleibol para mejorar las practicas

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	Competencia Motriz: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. C. Expresiva Corporal: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. C. axiológica Corporal: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	Interpretativa: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. Argumentativa: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. Propositivas: Presento un trabajo escrito sobre la forma correcta de hacer ejercicios	Conceptual: Reconoce la historia del baloncesto. Procedimental: Comprende algunas reglas del juego de baloncesto. Aptitudinal: Realizo actividades en tiempos y espacios diversos, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones y niveles.	Explico las técnicas y el reglamento del baloncesto Explico por medio de una exposición los tipos de motricidad

