



 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 1. FINALIDAD O PROPOSITO

Basados en la ley 115 sobre los fines de la educación presentamos el área de educación física, deporte y recreación, enfocada hacia la formación de valores, promoción y preservación de la salud, higiene y adecuado manejo del tiempo libre, permitiendo así un desarrollo integral de nuestros educandos.

La adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de vida, del uso racional de los recursos naturales y de la prevención de desastres.

A continuación se enuncian los propósitos del área según los lineamientos curriculares del ministerio de educación nacional:

- 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 prácticas culturales de la actividad física.
- Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano la organización del 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.
- Orientar una educación física que responda a las exigencias y necesidades actuales de la educación, la cultura y la sociedad.
- Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.
- Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los Proyectos Educativos Institucionales.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

- 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.
- Promover la cualificación de los docentes como gestores y constructores de cambios educativos; impulsar la adquisición de nuevas competencias disciplinares, éticas, políticas pedagógicas y consolidar las comunidades académicas del área.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 GENERAL

Contribuir a la formación integral del educando, promover y practicar hábitos saludables, la formación y el cuidado del medio ambiente; el cuidado y ejercitación del cuerpo, la participación y organización de actividades deportivas y la utilización adecuada del tiempo libre, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico.

### 2.2 ESPECÍFICOS

- Desarrollar el pensamiento, la sensibilidad, la expresión y la lúdica, a través de acciones motrices.
- Sensibilizar y desarrollar expresión corporal, articulado al uso creativo del tiempo libre y a la práctica de la danza, con el fin de aportar a la construcción de cultura colombiana.
- Orientar la construcción de valores sociales, como el respeto a la diferencia, la norma, la libre elección y la participación en decisiones de interés general.
- Desarrollar una pedagogía de inclusión teniendo en cuenta la población sorda de la institución y adaptar metodologías para permitir su participación en la clase.
- Promover y educar hacia la adquisición de hábitos saludables y del cuidado del cuerpo.
- Favorecer el desarrollo físico de los estudiantes por medio de la práctica de ejercicios físicos, juegos y el aprendizaje básico de los gestos técnicos de algunos deportes.
- Detectar estudiantes con condiciones excepcionales para el deporte y orientarlos para que desarrolle su potencial posiblemente hacia el alto rendimiento.
- Fomentar la práctica sana y adecuado manejo del tiempo libre por medio de la participación en diferentes actividades que estimulen la práctica lúdica y deportiva (juegos interclases, intercolegiados, salidas pedagógicas y otros proyectos).


 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARIA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

### 3. FUNDAMENTACION LEGAL

En la constitución política de Colombia en su artículo 52º reconoce el derecho de todas las personas a la práctica del deporte y el aprovechamiento del tiempo libre. La ley 115 de educación en su artículo 5º acerca de los fines de la educación, artículo 13º que habla sobre los objetivos comunes en todos los niveles, el artículo 14º dice que la enseñanza de la educación física, recreación y deporte es obligatoria; en el artículo 23º aparece como un área obligatoria y fundamental, el 46º reglamenta la inclusión de personas en situación de discapacidad.

Con sujeción a la ley 181 de enero 15 de 1995 la educación física debe entenderse como aquella disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento corporal en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y la calidad de vida de las personas.

Las acciones desarrolladas desde el Ministerio de Educación Nacional y otras instituciones para consultar el estado de la educación física en los establecimientos educativos, elaborar los indicadores de logros de la Resolución 2343, conceptualizar las dimensiones corporal, lúdica y construir los lineamientos curriculares para apoyar la labor de los docentes en las instituciones educativas.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

#### 4. FUNDAMENTACION CONCEPTUAL

Con sujeción a la ley 181 de enero 15 de 1995 la educación física debe entenderse como aquella disciplina científica cuyo objeto de estudio es la expresión corporal del hombre y la incidencia del movimiento corporal en el desarrollo integral y en el mejoramiento de la salud y la calidad de vida de las personas; igualmente la educación física se considera como un tipo de educación cuya especificidad consiste en la enseñanza del movimiento como posibilidad del desarrollo dirigido de las cualidades motoras del ser humano.

La educación física debe entenderse como procesos formativos integrales que no necesariamente conducirán a la práctica de algún deporte, pero si debe conducir a la construcción de una actitud cultural corporal y lúdica que implique, igualmente la construcción de valores y normas como la disciplina, la higiene, y la solidaridad, la cooperación, el civismo y el liderazgo etc.

Pedagógicamente la puesta en marcha de los procesos formativos en educación física han de partir de los conocimientos y apropiaciones que los alumnos hayan logrado. Es decir siempre debe tenerse en cuenta lo que el alumno sabe y su estado motriz actual, a partir de este reconocimiento construir un futuro de bienestar de una mejor calidad de vida.

#### **Tendencias de la Educación Física**

En el contexto del desarrollo del conocimiento la educación física construye sus propias transformaciones en concepciones y prácticas. En este campo puede afirmarse que se atraviesa por una verdadera explosión de perspectivas que obedecen a un reconocimiento de su importancia o una búsqueda de afirmación de su carácter académico disciplinar y de su papel creciente en la formación del estudiante en contextos formales, no formales e informales. Esta presencia e interrelación con distintos aspectos de la vida humana, hace compleja e imprecisa la delimitación de las perspectivas. No obstante, los procesos de investigación y de experiencia docente, permiten identificar algunas de las tendencias que se presentan no de manera pura y aislada, sino con interacciones en la práctica educativa. De manera resumida se puede afirmar que ellas son múltiples, tanto en el plano escolar como académico y social y para su mayor comprensión se presentan en dos grupos.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



El primero se refiere a los distintos énfasis que se hacen en la práctica de la educación física escolar y el segundo a las corrientes epistemológicas. Los dos grupos son interdependientes pues no hay práctica escolar sin que en ella se manifieste una determinada concepción de educación física sea de carácter explícito o implícito. Las tendencias de la educación física, de acuerdo con el énfasis de su puesta en práctica en la escuela se pueden resumir en las

Siguientes:

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

Estas tendencias presentes en las prácticas escolares, se fundamentan en diferentes disciplinas científicas, en especial las ciencias biológicas, la pedagogía y la psicología y no se manifiestan de manera pura, sino que entre ellas se producen distintas formas de relación y combinación. A través de ellas se plantean los objetivos que se ha propuesto la educación física escolar, entre los cuales están la contribución a la formación integral del ser humano, la educación del movimiento y las capacidades psicomotrices y físicas, la salud, la formación de valores sociales, éticos y estéticos, la formación de hábitos de ejercicio e higiene, el aprendizaje de prácticas deportivas y recreativas, el uso del tiempo libre, el desarrollo de la capacidad física y la formación para el manejo postural.

Como disciplina del conocimiento, es objeto de reflexión, sistematización e investigación desde diferentes enfoques orientados a su explicación, comprensión, experimentación y formas de aplicación en función del ser humano. Desde esta perspectiva orienta la acción educativa y las relaciones con las demás disciplinas y las necesidades del contexto. Como disciplina pedagógica asume una tarea de formación personal y social de tal naturaleza que el alcance de sus logros es caracterizado por la visión desde la cual se establezcan relaciones e interrelaciones en distintos campos del desenvolvimiento del ser humano, sus formas de movimiento y expresión, las significaciones de la acción y su sentido.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

Como derecho está incluida en la Carta Constitucional y la legislación que permite desarrollarla como un servicio público, para satisfacer necesidades fundamentales de calidad de vida, bienestar y competencias sociales para la convivencia. Desde esta perspectiva la concepción curricular busca responder al para quede la educación física según unos propósitos contenidos en los fines y objetivos de la educación y la Constitución Política colombiana; analizar los referentes socio-culturales en que está inscrita; conocer el tipo de estudiante que pretende formar, afrontar el reto de definir qué tipos de procesos desarrolla la educación física, cuáles son las competencias que fundamenta en el estudiante, qué prácticas culturales y conocimientos enseña; cómo investiga, diseña, organiza los planes y programas, cómo realiza la evaluación y cuáles son las exigencias que hace al educador.

## **LA EDUCACIÓN FÍSICA EN PREESCOLAR Y BÁSICA PRIMARIA**

Si bien una de las características del cambio de la escuela es su estructura como educación preescolar, básica y media, merece especial atención el desarrollo de la educación física en los niveles de preescolar y primaria, que como se plantea en las características del estudiante, corresponden a las edades claves de la maduración y el desarrollo del ser humano. Es importante tener en cuenta, que en la mayoría de instituciones del país, la responsabilidad de la educación física corresponde al profesor de aula, por lo cual debe considerarse la necesidad de una profundización en el área, tanto en los programas de formación permanente de docentes, como en su formación en las escuelas normales y universidades.

La educación física infantil no puede dejarse a la espontaneidad del movimiento del niño, pues éste requiere formar sus potencialidades a través de procesos dirigidos pedagógicamente y adecuados a sus necesidades. Tampoco debe sustituirse la clase de educación física por otras actividades; por el contrario pueden utilizarse las posibilidades que presenta la educación física para procesos pedagógicos integradores, lúdicos y de compromiso directo del estudiante.

La educación física del niño es base de su formación integral favorecida por el carácter vivencia que compromete en la acción corporal las dimensiones cognitivas, comunicativas, éticas y estéticas. Ello



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

requiere de ambientes y procesos apropiados de los cuales depende la calidad y significado de los aprendizajes que pueden hacer de la educación física la principal mediadora de la formación infantil.

En este sentido, la educación física en los niveles preescolar y primaria deben ser atendidos como prioridad, pues de ella se generan relaciones, que al tener como medio el movimiento corporal y el juego proporcionan alternativas para experiencias pedagógicas con las diferentes áreas escolares.

## **Desarrollo del Estudiante**

### **Caracterización General**

Las múltiples influencias de la sociedad actual inciden sobre un tipo de estudiante que tiene una amplia información sobre necesidades e intereses con respecto a su corporalidad, el uso del tiempo y el sentido de lo lúdico. Modos de vida diferentes, urbanos, rurales, de costa, llano, selva o de montaña, son atravesados por mensajes únicos a través de los medios de comunicación conformando un tipo de cultura en la que se entrecruzan de manera constante imágenes y símbolos locales y globales.

Los intereses, conceptos y practicas de los estudiantes frente a las actividades físicas, la corporalidad, la lúdica, el uso del tiempo y el espacio y las relaciones interpersonales son complejos y diversos. Se dan en un momento de la cultura, en el cual lo corporal es un medio de expresión de identidad, comunicación y afecto. Modas, gestos, prácticas abren un espacio que el currículo de educación física debe considerar. El cuerpo y sus gestos conforman discursos individuales y colectivos con los cuales los estudiantes se representan.

Prácticas y símbolos surgen en sus territorios de desenvolvimiento cotidiano influenciados por los medios de comunicación. Los intereses son múltiples y se dirigen a la relación con la naturaleza y defensa del medio ambiente, a la exploración de las prácticas corporales de riesgo y extremas, la expresión festiva y sensible a través del baile y los montajes artísticos, el cuidado estético del cuerpo hasta los extremos de la anorexia o las cirugías, el rendimiento físico en el deporte, en la danza o en el montañismo, a la conformación de grupos de porras con su acrobacia y sus códigos rítmicos, a la formación de barras de hinchas que exploran y explotan en los espectáculos deportivos.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	


El joven y el niño son permanentemente estimulados por los medios de comunicación, películas, revistas, comics, videos, que presentan estereotipos de diferentes maneras de ser y de actuar. El mensaje corporal es tan variado como los mensajes emocionales o intelectuales. El amplio campo de información e interrelación ha desformalizado los procesos de descubrimiento del cuerpo, de la sexualidad, de los límites y las formas. Esta situación reclama una acción intensa ética, estética y política sobre los fenómenos de la corporalidad y la lúdica.

No hay un solo tipo de alumno colombiano y ello reclama una orientación curricular diversa y creativa, que requiere de la Educación Física mucha versatilidad en su currículo dada su significación en la formación cultural e individual. En los distintos ciclos y niveles de la Educación se presentan los cambios de los alumnos que adquieren sus particularidades de acuerdo con el contexto geográfico, social y cultural a los cuales el profesor debe estar atento.

Entre estos cambios está el de asumir al estudiante como participante de su propia formación, no en el sentido de hacer lo que el estudiante quiera de manera caprichosa, sino el de encontrar a través de nuevas formas didácticas de relación, una forma distinta de acercarse al conocimiento y a las responsabilidades de cada uno de acuerdo con su nivel de desarrollo. El maestro debe tener las competencias necesarias para abrir horizontes y orientar los rumbos para alcanzar los logros previstos.

La vitalidad, energía, vocación y dedicación del estudiante referidas a experiencias corporales y lúdicas requieren orientación hacia propósitos que permitan las mayores posibilidades de enriquecimiento personal y social, hecho que exige un conocimiento profundo de estas dimensiones y sus implicaciones en la formación humana.

En los períodos de desarrollo solo fue posible trazar unos límites de edades en valores estadísticos, en los que desniveles de un año en un sentido u otro se consideraban dentro de lo normal. Para las edades siguientes todavía es más difícil trazar límites exactos. El comienzo del período siguiente se sitúa en el tercer o cuarto año de escuela; la transición es fluida. Este período termina con el inicio de la madurez sexual, que representa el comienzo de una nueva etapa de desarrollo. A un profesor de

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

deporte con experiencia no le será difícil darse cuenta de cuanto tienen lugar estas transiciones individuales.

## CARACTERIZACIÓN FÍSICA Y DESARROLLO MOTOR EN EL ADOLESCENTE

Es la etapa en que el individuo deja de ser un niño, pero sin haber alcanzado aún la madurez del adulto. Sin embargo, es un tránsito complicado y difícil que normalmente debe superar para llegar a la edad adulta. Se considera que la adolescencia se inicia aproximadamente a los 12 años promedio, en las mujeres y a los 13 años en los varones. Este es el momento en que aparece el periodo de la pubertad, que cambia al individuo con respecto a lo que hasta entonces era su niñez.

En la adolescencia se distinguen dos etapas:

- 1) Pre-adolescencia (fenómeno de la pubertad)
- 2) Adolescencia propiamente dicha.

### 1. La Preadolescencia:

**Desarrollo físico:** Se produce una intensa actividad hormonal. Se inicia a los 11 o 12 años en las mujeres y a los 13 o 14 años en los varones. En las mujeres aparece la primera menstruación y en los varones la primera eyaculación; pero en ambos todavía sin aptitud para la procreación. En ambos sexos aparece el vello púbico.

Se da también un rápido aumento de estatura, incremento en el peso, aparición de caracteres sexuales secundarios; en las mujeres: senos, caderas, etc. En los varones: Mayor desarrollo muscular, fuerza física, aumenta el ancho de la espalda, cambio de voz, pilosidad en el rostro, etc.

### **Desarrollo cognoscitivo:**

- No confunde lo real con lo imaginario y por tanto puede imaginar lo que podría ser.
- Usa con mayor facilidad los procedimientos lógicos: análisis, síntesis... Descubre el juego del pensamiento.
- Desarrolla su espíritu crítico.
- Discute para probar su capacidad y la seguridad del adulto.
- En ocasiones es fantasioso, pero con poca frecuencia. Hay una proyección de sí en el porvenir; pero también a veces evade lo real.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

***Desarrollo tendencial:***

- Tiene necesidad de seguridad pero a la vez una necesidad de independencia de sus padres.
- Esto hace que despierte la necesidad de libertad, de ser independiente y libre; para ello emplea la desobediencia como una necesidad.

***Desarrollo afectivo:***

- Gran intensidad de emociones y sentimientos.
- Hay desproporción entre el sentimiento y su expresión.
- Las manifestaciones externas son poco controladas y se traducen en tics nerviosos, muecas, refunfuños, gestos bruscos, gritos extemporáneos.
- Pasa con facilidad de la agresividad a la timidez.

***Desarrollo sexual:***

- Tendencia a la separación entre chicos y chicas.
- Gran curiosidad por todo lo relacionado con la sexualidad

***Desarrollo social:***

- Tiene necesidad de valorarse, de afirmarse, de afiliación y de sentirse aceptado y reconocido por los de su entorno.
- Su principal interés son las diversiones, el deporte, eventos públicos.
- Creciente emancipación de los padres.
- Busca la independencia pero a la vez busca protección en ellos.
- Se da mutua falta de comprensión (con sus padres)
- Va pasando de la heteronomía a la autonomía.
- Aquí influye mucho la moral de la familia como testimonio. Así el adolescente será capaz de:
  - Fijar metas y objetivos propios.
  - Organizar su actividad en conformidad con sus proyectos.
  - Organizar mejor y eficientemente su tiempo libre.

***Desarrollo religioso:***

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

El desarrollo religioso puede ser problemático cuando:

- Los padres no dan testimonio, usan la religión como disciplina y no son estables.
- Cuando el muchacho encuentra serias dificultades en el ramo de la sexualidad.
- Cuando la religión, en el ambiente social, es considerado como "cosa de mujeres", "pueril".
- Cuando la catequesis recibida en la infancia ha sido formalista y separada de la vida.

De lo contrario el desarrollo religioso es satisfactorio.

## 2. La Adolescencia propiamente dicha:

**Desarrollo Cognoscitivo:** La adolescencia es la etapa donde madura el pensamiento lógico formal. Así su pensamiento es más objetivo y racional. El adolescente empieza a pensar abstrayendo de las circunstancias presentes, y a elaborar teorías de todas las cosas. Es capaz de raciocinar de un modo hipotético deductivo, es decir, a partir de hipótesis gratuitas y, procediendo únicamente por el fuerza del mismo raciocinio, llegar a conclusiones que pueden contradecir los datos de la experiencia.

La adolescencia es también la edad de la fantasía, sueña con los ojos abiertos ya que el mundo real no ofrece bastante campo ni proporciona suficiente materia a las desmedidas apetencias de sentir y así se refugia en un mundo fantasmagórico donde se mueve a sus anchas.

Es también la edad de los ideales. El ideal es un sistema de valores al cual tiende por su extraordinaria importancia. El adolescente descubre estos valores y trata de conquistarlos para sí y para los demás. Aunque este hecho no afecta a todos los adolescentes. Depende de la formación recibida.

**Desarrollo motivacional:** Según Schneiders, en el adolescente sobresalen los siguientes motivos:

- *Necesidad de seguridad:* Se funda en un sentimiento de certeza en el mundo interno (estima de sí, de sus habilidades, de su valor intrínseco, de su equilibrio emocional, de su integridad física) y externo (económica, su status en la familia y en el grupo). El adolescente puede sufrir inseguridad por los cambios fisiológicos, la incoherencia emotiva o por la falta de confianza en los propios juicios y decisiones.
- *Necesidad de independencia:* Más que una existencia separada y suficiencia económica, significa, sobre todo, independencia emocional, intelectual, volitiva y libertad de acción. Se trata de una afirmación de sí.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

- *Necesidad de experiencia:* Fruto del desarrollo y la maduración que en todos sus aspectos son dependientes de la experiencia. Este deseo de experiencia se manifiesta claramente en las actividades "vicarias" (TV, radio, conversación, cine, lecturas, juegos, deportes). Por esto mismo se meten en actividades poco recomendables: alcohol, drogas, etc.
- *Necesidad de integración (de identidad):* Que es un deseo inviolable y de valor personal.
- *Necesidad de afecto:* Sentir y demostrar ternura, admiración, aprobación.



**Desarrollo afectivo:** Es difícil establecer si la adolescencia es o no un periodo de mayor inestabilidad emotiva. Pero nada impide reconocer la riqueza emotiva de la vida del adolescente y su originalidad. La sensibilidad avanza en intensidad, amplitud y profundidad. Mil cosas hay ante las que ayer permanecía indiferente y, hoy, patentizará su afectividad. Las circunstancias del adolescente, como la dependencia de la escuela, del hogar, le obligan a rechazar hacia el interior las emociones que le dominan. De ahí la viveza de su sensibilidad: al menor reproche se le verá frecuentemente rebelde, colérico. Por el contrario, una manifestación de simpatía, un cumplido que recibe, le pondrán radiante, entusiasmado, gozoso. El adolescente es variado en su humor.

**Desarrollo social:** Tanto el desarrollo cognoscitivo, como el motivacional y afectivo agilizan el proceso de socialización. El adolescente tiene en su comportamiento social algunas tendencias que conviene reseñar:

- A medida que crece, son mayores y más variadas sus experiencias sociales.
- Este mayor contacto con la sociedad favorece un conocimiento más real de la sociedad.
- Mayor conciencia de los demás, así como una progresiva conciencia de pertenencia a una clase social
- Otras tendencias importantes son la madurez de la adaptación heterosexual, la búsqueda de status en el grupo de compañeros de la misma edad y la emancipación de la familia.

En este proceso de socialización encontramos en el adolescente una serie de oscilaciones tales como:

- Oscilación entre excitación y depresión: trabajo y ocio, buen humor y llanto.
- Oscilación entre sociabilidad e insociabilidad: delicados e hirientes, tratables e intratables.
- Oscilaciones entre confianza y desconfianza de sí mismos.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

- Oscilaciones entre vida heroica y sensualidad.

En esta época aparecen rivalidades y luchas para obtener el poder y ejercerlo sobre los demás. Prueba sus fuerzas físicas y así se convierte en agresivo, lo que se manifiesta con ciertos actos exteriores (se golpean unos a otros), palabras agresivas (se insultan), manifestaciones reprimidas y ocultas, agresividad contra sí mismos, agresividad contra las cosas.

La situación del adolescente frente a la familia es ambivalente: Por una parte está la emancipación progresiva de la familia, lo que implica un riesgo; y por otra, el adolescente percibe que su familia es fuente de seguridad y ayuda, con miedo a perderla.

Esta situación puede o no ser conflictiva. Depende cómo los hijos son educados. Será entonces, conflictiva:

- Por las relaciones personales precedentes defectuosas.
- Por el sentido de inutilidad por parte de los padres.
- Por sobreprotección parental o por abandono.
- Por dudas de parte de los padres en torno a la responsabilidad de sus hijos.
- Por el fenómeno de la constancia perceptiva, a través de la cual a los hijos se les ve siempre "niños".
- Por las frustraciones de los padres proyectadas a sus hijos que llevan a una identificación a la inversa y a una mala interpretación.
- Los padres afrontan los problemas de hoy en contexto de ayer.
- Por el hecho de que los padres son adultos y representan a la clase privilegiada, que niega al adolescente el "status" del mismo género.
- Por el "conflicto de generaciones" debido a los contrastes que pueden surgir por la diferencia de edad entre dos generaciones.

Una línea de solución está en la comprensión, en un gradual proceso decisonal comunitario. Durante la adolescencia, la escuela favorece la reorganización de la personalidad sobre la base de la independencia. La escuela facilita:



 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

- La emancipación de los padres
- Un status autónomo fundado sobre su propia acción.
- La constitución de grupos
- Una mayor independencia volitiva al tratar con los adultos.

Pero también la escuela puede presentar los siguientes obstáculos:

- Puede desatender problemas vitales (si se limita a lo intelectual)
- Ignora al estudiante como individuo (sólo exige rendimiento)
- Prolonga las relaciones adulto – niño.
- Algunas escuelas son el campo de batalla de contiendas ideológicas y políticas.

Hemos de ver también las relaciones entre adolescentes: La amistad entre adolescentes se caracteriza por la sinceridad, el altruismo, la delicadeza. Se precian de tener los mismos gustos y opiniones, se imitan, se tienen mutua confianza, se quieren con exclusividad, se sacrifican unos por otros.

Entre ellos predominan los grupos primarios, se reúnen con frecuencia, participan de las mismas diversiones, peligros y emociones. El grupo proporciona a los adolescentes bienes diversos:

- Les da sentimiento de seguridad, protección y solidaridad.
- Facilita las amistades
- Es una escuela de formación social
- Ayuda a emanciparse de sus padres
- Reduce el conjunto de frustraciones.

**Desarrollo sexual:** La sexualidad del adolescente no es sólo un fenómeno psico-fisiológico, sino también socio – cultural. Los valores, costumbres y controles sexuales de la sociedad en que vive el adolescente determinan en gran parte su actitud y comportamiento psicosexual.

Todos los adolescentes en un momento dado se preocupan más o menos de su desarrollo sexual pero de ello no hablan espontáneamente sino en un clima de gran confianza. La tensión sexual que tiene todo adolescente es el resultado de tres tipos de estimulantes que operan de forma compleja: La acción de mundo exterior, la influencia de la vida psíquica y la acción del organismo.





 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

En la adolescencia comienzas las primeras atracciones heterosexuales, la chica es más corazón y el chico es más cuerpo. La chica es más exhibicionista que el chico.

**Desarrollo moral:** La moral para los adolescentes no es una exposición de principios, ni un conjunto de convenciones sociales; es, ante todo, un comprometer todo su ser a la búsqueda de la imagen ideal de sí mismo, donde pone a prueba la fuerza de la voluntad, la solidez de las posibilidades y cualidades personales. Hay algunos valores morales que ellos prefieren por ser más brillantes, más nobles y porque exigen un don de sí más absoluto.

- ✓ El sentido del honor: sentimiento de la nobleza y de la dignidad del hombre frente al hombre.
- ✓ La sinceridad, signo de una personalidad que se afirma.
- ✓ La valentía, motor de muchos actos.
- ✓ La lealtad.



**Desarrollo religioso:** En la adolescencia se pone en movimiento exigencias particulares como el encuadramiento del propio yo en un mundo que tiene un sentido absoluto; estas exigencias hallan respuesta sólo en una específica dimensión religiosa. En esta edad, lo trascendente son afirmados como tales. Sin duda que para esto influye la educación dada por los padres, la ecuación de la escuela y el medio ambiente.

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: PREESCOLAR</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo del Esquema corporal (Periodo I)	Esquema corporal: "Posibilidades de movimiento, agudeza visual, auditiva y táctil, posturas corporales"	Reconocer las distintas partes del cuerpo. Conoce y realiza movimientos básicos (sentarse, saltar, caminar, trepar, lanzar).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Señala las partes del cuerpo que se le indiquen en sí mismo y en sus compañeros.</li> <li>- Señala el lado derecho e izquierdo en su compañero según su indicación dada.</li> <li>- Se desplaza a derecha e izquierda según indicación dada.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal (Periodo II)	Esquema corporal  JUEGOS DE REPRESENTACION	Reconocer la importancia de la higiene corporal. Es capaz de imitar sonidos y movimientos de algunos animales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se desplaza armónicamente por un espacio determinado ejecutando "galope" y "caballitos" acompañado con elevación de brazos.</li> <li>- Camina a diferentes ritmos por sardineles sin caerse.</li> <li>- Pasa y recibe una pelota pequeña a un compañero ubicado frente a él a diferente distancia.</li> <li>- Patea, golpea y lanza una pelota a un sitio predeterminado con precisión.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal (Periodo III)	Esquema corporal  Patrones básicos del movimiento: "desplazamientos, caminar, correr, saltar, lanzar, manipular"	Realiza movimientos básicos como sentarse, caminar, acostarse, lanzar, jugar. Manipula, lanza y recibe diferentes implementos deportivos, experimenta sus posibilidades de juego.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Según indicaciones dadas se ubica en diferentes direcciones con referencia a un objeto.</li> <li>- Diferencia de conceptos de ayer, hoy y mañana.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal (Periodo IV)	Esquema corporal  Patrones básicos del movimiento: "saltar, caminar y correr, lanzar y	Propone juegos y rondas que conllevan movimiento y expresión corporal. Reconoce, propone y respeta las	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trabaja con un compañero y cambia de compañero sin demostrar resistencia cuando se le requiere.</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>				
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>				
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	Página 19 de 49	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: PREESCOLAR</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
	recibir".	normas en los diferentes juegos y ejercicios.	

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 1º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal: "Posibilidades de movimiento, agudeza visual, auditiva y táctil, posturas corporales" <b>JUEGOS DE IMITACION</b>	Reconocer las distintas partes del cuerpo. Conoce y realiza movimientos básicos (sentarse, saltar, caminar, trepar, lanzar). Es capaz de imitar sonidos y movimientos de algunos animales	Es capaz controlar su cuerpo en diferentes situaciones espaciales y desplazamientos. Es capaz de identificar, discriminar y mover diferentes partes y seguimientos corporales cuando se le piden. Es capaz de imitar animales y sus movimientos
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal Hábitos y actitudes saludables.	Reconocer la importancia de la higiene corporal. Reconocer el valor nutritivo de los alimentos para la buena salud. Reconocer la importancia de un adecuado consumo de agua para la hidratación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se desplaza armónicamente por un espacio determinado ejecutando "galope" y "caballitos" acompañado con elevación de brazos.</li> <li>- Camina a diferentes ritmos por sardineles sin caerse.</li> <li>- Pasa y recibe una pelota pequeña a un compañero ubicado frente a él a diferente distancia.</li> <li>- Patea, golpea y lanza una pelota un sitio predeterminado con precisión.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal Patrones básicos del movimiento: "desplazamientos, caminar, correr, saltar, lanzar, manipular"	Realiza movimientos básicos como sentarse, caminar, acostarse, lanzar, jugar. Manipula, lanza y recibe diferentes implementos deportivos, experimenta sus posibilidades de juego.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Según indicaciones dadas se ubica en diferentes direcciones con referencia a un objeto.</li> <li>- Diferencia de conceptos de adelante - atrás y arriba - abajo.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema	Patrones básicos del movimiento: "saltar,	Propone juegos y rondas que conllevan movimiento y expresión	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de desplazarse en diferentes direcciones coordinando movimientos de</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>				
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>				
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	Página 21 de 49	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 1º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
corporal	caminar y correr, lanzar y recibir".	corporal. Reconoce, propone y respeta las normas en los diferentes juegos y ejercicios.	brazos y piernas. - Camina a diferentes ritmos

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO : 2º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal: "Posibilidades de movimiento, agudeza visual, auditiva y táctil, posturas corporales" Conductas motrices de base.	Realizar ejercicios específicos para cada segmento corporal. Es capaz de realizar saltos y caídas en diferentes alturas.	Aplicar el conocimiento del esquema corporal, al realizar movimientos adecuados a cada segmento corporal. Aplicar el seguimiento de la percepción visual y auditiva, en la orientación de la acción motriz. Controlar la postura corporal, sin ningún apoyo, al realizar movimientos no locomotores que provoquen desequilibrio.
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal  Conductas motrices de base.	Es capaz de mantener el equilibrio en distintas posiciones, saltos y caídas. Es capaz de lanzar y recibir diferentes objetos desde diferentes posiciones y movimientos. Es capaz de coordinar movimientos y desplazamientos en rondas juegos.	- Se desplaza con naturalidad a diferentes velocidades sin perder el equilibrio. Realiza saltos desde diferentes alturas. Mantiene el equilibrio en saltos y caídas.
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal  Conductas motrices de base.	Es capaz de mantener el equilibrio en distintas posiciones, saltos y caídas. Es capaz de realizar saltos y caídas en diferentes alturas. Es capaz de lanzar y recibir diferentes objetos desde diferentes posiciones y movimientos. Es capaz de coordinar movimientos y desplazamientos	- Pasa un balón a un compañero con precisión desde diferentes posiciones. Lanza a un blanco un balón en posición estática y en movimiento. Interpreta una ronda y hace desplazamientos de manera coordinada.



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO : 2º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
		en rondas juegos.	
Desarrollo del Esquema corporal	Conductas temporoespaciales o perceptivo motoras.	Es capaz de adaptar movimientos corporales a ritmos musicales. Es capaz de relacionar conceptos de tiempo y distancia. Es capaz de manejar direcciones más complejas en l ejecución de juegos.	Dados diferentes ritmos musicales el niño realiza movimientos de acuerdo a ellos. Dada una distancia específica se desplaza a diferentes velocidades. Realiza desplazamientos diagonales, transversales, teniendo un punto de referencia.



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 3º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal Juegos pequeños	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de realizar diferentes tareas motrices tanto con segmentos corporales del lado derecho como del lado izquierdo.</li> <li>- Es capaz de identificar el lado derecho e izquierdo de sus compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pasa, recibe, dribla, lanza y conduce diferentes elementos como balones, bastones, aros, con las manos y pie derecho e izquierdo.</li> <li>- Lanza un elemento como balón o bastón al lado de un compañero indicando el lado derecho o izquierdo.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal Conductas motrices de base.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de realizar movimientos y actividades de coordinación dinámica general utilizando implementos.</li> <li>- Es capaz de conducir, driblar, lanzar, patear, diferentes elementos en posición estática y en movimientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salta la soga de manera consecutiva y se desplaza en diferentes direcciones.</li> <li>- Ejecuta de manera armónica y secuencial movimientos de correr, saltar y girar utilizando elementos.</li> <li>- Dribla, pasa, recibe, y patea un balón con seguridad y eficiencia.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema corporal	Conductas motrices de base. Pequeños juegos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de mantener el equilibrio en posiciones invertidas con ayuda de un compañero.</li> <li>- Es capaz de ejecutar movimientos gimnásticos modificando la base de sustentación y el centro de gravedad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dribla, pasa, lanza, recibe un balón con las manos mostrando eficiencia y seguridad.</li> <li>Realiza algunas destrezas gimnásticas que implican equilibrio en posiciones invertidas como parada de cabeza, vela; con ayuda de un compañero.</li> <li>Realiza carreras y detenciones sin perder el equilibrio y variando la base de sustentación.</li> </ul>
Desarrollo del Esquema	Conductas temporo-espaciales o perceptivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de diferenciar los momentos de tiempo pasado,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Distingue y maneja bien las manecillas del reloj ubicándose en horas y jornadas del</li> </ul>





 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 3º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
corporal	motoras.	<p>presente futuro, mañana tarde, noche.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de manejar direcciones, relaciones, y configuraciones de tiempo y espacio.</li> <li>- Es capaz de asociar ritmos musicales y movimientos corporales.</li> </ul>	<p>día.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diferencia con gran rapidez los años, meses, días, horas, minutos y segundos.</li> <li>- Ejecuta formas jugadas donde hayan desplazamientos laterales, diagonales y transversales.</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 4º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo del Esquema corporal	Esquema corporal Juegos pre deportivos alusivos al mundial de fútbol Brasil 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de realizar trabajos con independencia segmentaria de brazos y piernas.</li> <li>- Participa en los juegos propuestos</li> <li>Juegos de pases, partidos de fútbol, ejercicios técnicos de fútbol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dribla un balón con una mano desplazándose en diferentes direcciones y cambiando de ritmo.</li> <li>- Dribla el balón con una mano mientras con la otra realiza movimientos de protección.</li> <li>- Dribla o conduce un balón con los pies mientras mantiene su visión periférica.</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar)	Conductas motrices de base. Juegos pre deportivos alusivos al mundial de fútbol Brasil 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de asociar ritmos musicales y movimientos corporales.</li> <li>- Es capaz de ejecutar lanzamientos, pases y recepciones mostrando un patrón maduro.</li> <li>Juegos predeportivos de fútbol</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanza un balón o una pelota controlando dirección y distancia.</li> <li>- Pasa y recibe un balón a un compañero mostrando seguridad y eficiencia en la ejecución.</li> <li>- Realiza pases, lanzamientos, recepciones, y conducciones en situaciones de juego colectivo con seguridad y eficiencia.</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar)	Conductas motrices de base. Juegos pre deportivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz controlar su cuerpo en diferentes situaciones espaciales y desplazamientos.</li> <li>- Es capaz de identificar, discriminar y mover diferentes partes y seguimientos corporales cuando se le piden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mantiene el equilibrio durante la ejecución de figuras gimnásticas por parejas, tríos y grupos de cuatro.</li> <li>- Controla la posición de piernas, brazos y tronco en la ejecución de figuras Y movimientos.</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar)	Conductas temporo-espaciales o perceptivo motoras. Juegos pre deportivos	<p>Es capaz de asociar fuerza, dirección, y distancia en la ejecución de patrones de manipulación.</p> <p>Es capaz de ubicarse de manera eficiente para pasar y recibir</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Controla fuerza y distancia en la ejecución de juegos en grupos sobre pases, recepción y lanzamientos.</li> <li>- Lanza un balón a un objetivo pre-establecido controlando fuerza, dirección y distancia.</li> <li>- Durante el desarrollo de un juego ocupa</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<p>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</p>				
	<p>GESTION ACADEMICA <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b></p>				
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	Página 27 de 49	



PERIODO ACADEMICO: I - IV		GRADO: 4º	
5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS	6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS	7º. COMPETENCIA	8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO
		<p>durante el desarrollo de un juego. Es capaz de identificar diferentes ritmos musicales y ejecutar bailes típicos de la región.</p>	<p>diferentes posiciones. - Ejecuta la rutina básica del sanjuanero huilense.</p>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



PERIODO ACADEMICO: I - IV		GRADO: 5º	
5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS	6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS	7º. COMPETENCIA	8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar) Irradiación deportiva	Esquema corporal  Conductas motrices de base. Juegos alusivos al mundial de fútbol Brasil 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de ejecutar destrezas variadas que implican independencia segmentaria.</li> <li>- Es capaz de realizar movimientos y actividades de coordinación dinámica general utilizando elementos.</li> <li>- Partidos de fútbol masculino y femenino.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanza un balón al aire con una mano, y luego con la otra la golpea.</li> <li>- Se desplaza en galope lateral mientras lanza al aire un balón con una mano y luego golpea con la otra.</li> <li>- Realiza movimientos gimnásticos variados, tijera, saltos, rollos y giros, ubicándolos en un esquema sencillo.</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar) Irradiación deportiva	Conductas motrices de base.  Habilidades y destrezas Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales.  Juegos alusivos al mundial de fútbol Brasil 2015	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de ejecutar los patrones maduros de golpear, patear en situaciones de juego colectivo.</li> <li>- Es capaz de participar en juegos colectivos donde se aplica la coordinación manual y óculo – pedica.</li> <li>- Partidos y juegos de fútbol.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanza al aire un balón y lo golpea con la mano o con un pie mostrando control de dirección y de distancia.</li> <li>- Pasa y golpea un balón en situaciones de juego colectivo.</li> <li>- Ejecuta juegos de tres contra tres, cuatro contra cuatro y más.</li> <li>- Ejecuta en pequeños grupos (3, 4 y 5) juegos asociados con la coordinación óculo – pedica.</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar, trepar, lanzar) Irradiación deportiva	Capacidades físicas JUEGOS PREDEPORTIVOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de ejecutar los patrones maduros de golpear, patear, saltar, correr en situaciones de juego colectivo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realizo diferentes actividades y juegos pre deportivos utilizando mis cualidades físicas</li> </ul>
Desarrollo de las conductas motrices de base (trotar, correr, saltar,	Conductas tempororo-espaciales o perceptivo motoras. JUEGOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se ubica debajo de un balón que cae y lo golpea con seguridad.</li> <li>- Se anticipa con pasos laterales a un balón que cae y lo atrapa antes de que caiga al</li> </ul>

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>				
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>				
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	Página 29 de 49	



PERIODO ACADEMICO: I - IV		GRADO: 5º	
5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS	6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS	7º. COMPETENCIA	8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO
trepar, lanzar) Irradiación deportiva	PREDEPORTIVOS	golpearlo en el momento oportuno.	piso.

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 6º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
<p>Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.</p>	<p>Conductas motrices de base. Baloncesto y Gimnasia Juegos pre deportivos Desarrollo y mejora de las capacidades físicas. Ejercicios y posiciones básicas de gimnasia básica Test deportivos motores</p>	<p>Realiza diferentes posiciones y ejercicios de gimnasia básica de piso (rollos, media luna y parada de cabeza). Ejecuta las diferentes posiciones básicas y tipos de desplazamientos. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica del dribling y pase. Realiza ejercicios de baloncesto en forma individual, en parejas y en grupo. Practica ejercicios para el aprendizaje de la técnica de lanzamiento. Realiza las diferentes pruebas de los test deportivos</p>	<p>Realiza rollos hacia delante y hacia atrás con y sin ayuda. Ejecuta ejercicios de destreza y habilidades básicas para el aprendizaje de la parada de cabeza. Realiza la parada de cabeza con o sin ayuda. Presenta tareas y talleres relacionados con la gimnasia, y el baloncesto. Según el registro de los test deportivos (bajo regular bueno excelente). Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil Aprende las reglas básicas del baloncesto para jugar.</p>
<p>Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.</p>	<p>* VOLEIBOL Y AJEDREZ Técnica de antebrazo (recepción y pase). Técnica de voleo (recepción y pase). Técnica de saque.  * Normas de seguridad e higiene.</p>	<p>Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos y lanzamientos con balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de antebrazo, voleo y saque por abajo. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo. Practica el juego del voleibol en equipo.</p>	<p>Pasa y golpea el balón en situaciones de juego colectivo. Ejecuta juegos de tres contra tres, cuatro contra cuatro y más. . Juego (2x2) (3x3). Participa en los partidos y minitorneos.  Realiza partidas de ajedrez de acuerdo a su nivel.</p>



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 6º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
		Identifica las posiciones y movimientos de cada ficha y reconoce parte del reglamento.	
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	FUTBOL SALA Desplazamientos.  Juegos pre deportivos  Capacidades físicas  TORNEO INTERCLASES	Desarrollar la velocidad, fuerza, habilidad y flexibilidad mediante juegos y ejercicios del fútbol sala. Aprende sobre el reglamento que aplica a este deporte. Presenta tareas y talleres relacionados con el fútbol sala Participa en el torneo interclases	Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos. Identifica las zonas de contacto con el balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de control y conducción del balón. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo utilizando las zonas de contacto. aplica normas y conoce las reglas de algunos deportes.
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	Conductas perceptivas motoras.  Balonmano y Tenis de mesa. Juegos pre deportivos Desarrollo y mejora de las capacidades físicas Test deportivos motores	Ejecuta las diferentes posiciones básicas y tipos de desplazamientos. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica del pase, recepción y lanzamiento. Realiza ejercicios del balonmano en forma individual, en parejas y en grupo. Aprende la técnicas de saque y manejo de la raqueta de tenis de mesa. Realiza las diferentes pruebas de los test deportivos.	Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil Aprende y aplica las reglas básicas del balonmano en el campo de juego. Presenta tareas y talleres relacionados con el baloncesto y tenis de mesa. Aprende el agarre de la raqueta y los saques en tenis de mesa. Según el registro de los test deportivos (bajo regular bueno excelente)



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 7º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
<p>Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.</p>	<p>Conductas motrices de base. Baloncesto y Gimnasia Juegos pre deportivos Desarrollo y mejora de las capacidades físicas. Ejercicios y posiciones básicas de gimnasia básica Test deportivos motores</p>	<p>Realiza diferentes posiciones y ejercicios de gimnasia básica de piso (rollos, media luna y parada de cabeza). Ejecuta las diferentes posiciones básicas y tipos de desplazamientos. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica del dribling y pase. Realiza ejercicios de baloncesto en forma individual, en parejas y en grupo. Practica ejercicios para el aprendizaje de la técnica de lanzamiento. Realiza las diferentes pruebas de los test deportivos</p>	<p>Realiza rollos hacia delante y hacia atrás con y sin ayuda. Ejecuta ejercicios de destreza y habilidades básicas para el aprendizaje de la parada de cabeza. Realiza la parada de cabeza con o sin ayuda. Presenta tareas y talleres relacionados con la gimnasia, y el baloncesto. Según el registro de los test deportivos (bajo regular bueno excelente). Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil Aprende las reglas básicas del baloncesto para jugar.</p>
<p>Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.</p>	<p>* VOLEIBOL Y AJEDREZ Técnica de antebrazo (recepción y pase). Técnica de voleo (recepción y pase). Técnica de saque.  * Normas de seguridad e higiene.</p>	<p>Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos y lanzamientos con balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de antebrazo, voleo y saque por abajo. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo. Practica el juego del voleibol en equipo.</p>	<p>Pasa y golpea el balón en situaciones de juego colectivo. Ejecuta juegos de tres contra tres, cuatro contra cuatro y más. . Juego (2x2) (3x3). Participa en los partidos y minitorneos.  Realiza partidas de ajedrez de acuerdo a su nivel.</p>





 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 7º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
		Identifica las posiciones y movimientos de cada ficha y reconoce parte del reglamento.	
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	FUTBOL SALA Desplazamientos.  Juegos pre deportivos  Capacidades físicas  TORNEO INTERCLASES	Desarrollar la velocidad, fuerza, habilidad y flexibilidad mediante juegos y ejercicios del fútbol sala. Aprende sobre el reglamento que aplica a este deporte. Presenta tareas y talleres relacionados con el fútbol sala Participa en el torneo interclases	Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos. Identifica las zonas de contacto con el balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de control y conducción del balón. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo utilizando las zonas de contacto. aplica normas y conoce las reglas de algunos deportes.
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	Conductas perceptivas motoras.  Balonmano y Tenis de mesa. Juegos pre deportivos Desarrollo y mejora de las capacidades físicas Test deportivos motores	Ejecuta las diferentes posiciones básicas y tipos de desplazamientos. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica del pase, recepción y lanzamiento. Realiza ejercicios del balonmano en forma individual, en parejas y en grupo. Aprende la técnicas de saque y manejo de la raqueta de tenis de mesa. Realiza las diferentes pruebas de los test deportivos.	Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil Aprende y aplica las reglas básicas del balonmano en el campo de juego. Presenta tareas y talleres relacionados con el baloncesto y tenis de mesa. Aprende el agarre de la raqueta y los saques en tenis de mesa. Según el registro de los test deportivos (bajo regular bueno excelente)

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 8º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	Conductas motrices de base. Ejercicios técnicos de Balonmano Juegos pre deportivos Desarrollo y mejora de las capacidades físicas.	Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de las técnicas básicas del balonmano.  Realiza juegos y ejercicios para el desarrollo de sus cualidades físicas básicas y sus capacidades coordinativas.	Realiza de manera correcta los ejercicios para el aprendizaje de las técnicas básicas de balonmano (pase, desplazamiento, dribling y lanzamiento).  Realiza los juegos y ejercicios propuestos para la mejora de sus cualidades físicas básicas y coordinativas.
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	* VOLEIBOL Técnica de antebrazo (recepción y pase). Técnica de voleo (recepción y pase). Técnica de saque.  * Normas de seguridad e higiene.	Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos y lanzamientos con balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de antebrazo, voleo, y saque por abajo y por arriba. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo. Practica el juego del voleibol en equipo.	Pasa y golpea el balón en situaciones de juego colectivo.  Ejecuta juegos de tres contra tres, cuatro contra cuatro y más.
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	FUTBOL SALA Desplazamientos.  Juegos pre deportivos  Capacidades físicas	Desarrollar la velocidad, fuerza, habilidad y flexibilidad mediante juegos y ejercicios del fútbol sala. Aprende sobre el reglamento que aplica a este deporte. Presenta tareas y talleres relacionados con el fútbol sala	Ejecuta los diferentes tipos de desplazamientos. Identifica las zonas de contacto con el balón. Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica de control y conducción del balón. Realiza ejercicios en forma individual, en parejas y en grupo utilizando las zonas de contacto.

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



PERIODO ACADEMICO: I - IV		GRADO: 8º	
5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS	6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS	7º. COMPETENCIA	8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO
	TORNEO INTERCLASES	Participa en el torneo interclases	aplica normas y conoce las reglas de algunos deportes.
Desarrollo psicomotor y desarrollo de sus cualidades físicas a través de juegos predeportivos.	<p>Baloncesto</p> <p>Juegos pre deportivos</p> <p>Desarrollo y mejora de las capacidades físicas</p> <p>Test deportivos motores</p>	<p>Ejecuta las diferentes posiciones básicas y tipos de desplazamientos.</p> <p>Ejecuta ejercicios para el aprendizaje de la técnica del pase, recepción y lanzamiento.</p> <p>Realiza ejercicios del baloncesto en forma individual, en parejas y en grupo.</p> <p>Conoce las posiciones en el campo de juego de balonmano y algunas reglas de juego.</p> <p>Realiza las diferentes pruebas de los test deportivos.</p>	<p>Es capaz de desplazarse de manera lateral, diagonal, adelante, atrás, para anticiparse a un móvil</p> <p>Aprende y aplica las reglas básicas del balonmano en el campo de juego.</p> <p>Presenta tareas y talleres relacionados con el baloncesto y tenis de mesa.</p> <p>Según el registro de los test deportivos (bajo regular bueno excelente)</p>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 9º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Evaluación antropométrica y motora Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales y coordinativas. Fundamentación teórica. Importancia del ejercicio físico y la correcta alimentación para la salud</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora su resistencia aeróbica, su fuerza general, velocidad, flexibilidad y coordinación.</li> <li>- Interpreta correctamente los resultados de la evaluación antropométrica.</li> <li>- Entiende la importancia para la salud de una nutrición saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza correctamente los ejercicios para mejora de la fuerza y la resistencia general así como la flexibilidad.</li> <li>- Reconoce la importancia de tener hábitos saludables de nutrición y actividad física.</li> <li>- Consume fruta regularmente en clase con el proyecto de "estilos de vida saludable"</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Fútbol sala"  Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales a través del proyecto transversal de "Juegos interclases 2016". Hábitos correctos de salud, higiene y búsqueda del éxito.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol sala.</li> <li>- Participa activamente de las actividades propuestas en el proyecto de juegos interclases.</li> <li>- Conoce y aplica algunos hábitos de salud e higiene.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza pases cortos con empeine y borde interno.</li> <li>- Realiza pases en desplazamiento.</li> <li>- Conduce el balón en línea recta.</li> <li>- Realiza una rutina de ejercicios para la mejora de la fuerza (100 abdominales, dorsales, sentadillas).</li> <li>- Demuestra con sus actitudes, comportamientos y presentación personal los hábitos de salud e higiene aprendidos.</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Baloncesto" Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales. Conocimientos básicos de Primeros auxilios.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del baloncesto.</li> <li>- Mejora su capacidad física por medio de juegos y ejercicios en clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecuta el dribling con ambas manos, estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases por encima y por debajo de la cabeza.</li> <li>- Maneja y aplica algunos conocimientos en primeros auxilios.</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 9º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprende y practica procedimientos de primeros auxilios.</li> </ul>	
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Voleibol"</p> <p>Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales Enfermedades crónicas no transmisibles (ECT)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Voleibol.</li> <li>- Ejecuta correctamente los ejercicios propuestos para mejorar su fuerza y .Resistencia.</li> <li>- Reconoce las ECT que pueden afectar su salud debido a un estilo de vida sedentaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza la técnica de voleo estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases con un compañero mostrando un nivel de dominio básico.</li> <li>- Incorpora una rutina semanal de ejercicios de resistencia y fuerza.</li> <li>- Entiende y es capaz de construir una explicación acerca de las ECT.</li> </ul>



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>				
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>				
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	Página 38 de 49	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 10º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Evaluación antropométrica y motora Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales. Fundamentación teórica. Importancia del ejercicio físico y la correcta alimentación para la salud Charla sobre inteligencia emocional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora su resistencia aeróbica, su fuerza general, velocidad y flexibilidad.</li> <li>- Interpreta correctamente los resultados de la evaluación antropométrica.</li> <li>- Entiende la importancia para la salud de una nutrición saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza correctamente los ejercicios para mejora de la fuerza y la resistencia general así como la flexibilidad.</li> <li>- Reconoce la importancia de tener hábitos saludables de nutrición y actividad física.</li> <li>- Consume fruta regularmente en clase con el proyecto de "estilos de vida saludable"</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Fútbol sala"  Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales a través del proyecto transversal de "Juegos interclases 2016". Consecuencias de los malos hábitos en nuestra vida y Enfermedades crónicas no transmisibles (ECT).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol sala.</li> <li>- Participa activamente de las actividades propuestas en el proyecto de juegos interclases.</li> <li>- Conoce las consecuencias a la salud por malos hábitos como el tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, estrés y violencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza pases cortos con empeine y borde interno.</li> <li>- Realiza pases en desplazamiento.</li> <li>- Conduce el balón en línea recta.</li> <li>- Realiza una rutina de ejercicios para la mejora de la fuerza (100 abdominales, dorsales, sentadillas).</li> <li>- Demuestra cambios en sus actitudes y comportamientos adquiriendo mejores hábitos para su salud.</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva.</p>	<p>Deporte específico: "Baloncesto" Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales. Conocimientos básicos de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del baloncesto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecuta el dribling con ambas manos, estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases por encima y por debajo de la cabeza.</li> <li>- Maneja y aplica algunos conocimientos</li> </ul>

 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	



<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 10º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.	primeros auxilios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora su capacidad física por medio de juegos y ejercicios en clase.</li> <li>- Conoce y aplica algunas nociones de primeros auxilios.</li> </ul>	básicos de primeros auxilios.
Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica sobre los sistemas del Sobre estilos de vida saludables.	Deporte específico: "Voleibol"  Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales Actividades y entrenamiento para el mejoramiento personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Voleibol.</li> <li>- Ejecuta correctamente los ejercicios propuestos para mejorar su fuerza y .Resistencia.</li> <li>- Participa activamente en charlas y ejercicios para su desarrollo personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza la técnica de voleo estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases con un compañero mostrando un nivel de dominio básico.</li> <li>- Incorpora una rutina semanal de ejercicios de resistencia y fuerza.</li> <li>- Participa y aplica en su vida algunos conceptos para el mejoramiento personal.</li> </ul>





 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

<b>PERIODO ACADEMICO: I - IV</b>		<b>GRADO: 11º</b>	
<b>5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS</b>	<b>6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS</b>	<b>7º. COMPETENCIA</b>	<b>8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO</b>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Evaluación antropométrica y motora Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales. Fundamentación teórica. Importancia para la salud de una nutrición saludable.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejora su resistencia aeróbica, su fuerza general, velocidad y flexibilidad.</li> <li>- Interpreta correctamente los resultados de la evaluación antropométrica.</li> <li>- Entiende la importancia para la salud de una nutrición saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza correctamente los ejercicios para mejora de la fuerza y la resistencia general así como la flexibilidad.</li> <li>- Reconoce la importancia de tener hábitos saludables de nutrición y actividad física.</li> <li>- Consume fruta regularmente en clase con el proyecto de "estilos de vida saludable"</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Fútbol sala"  Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales a través del proyecto transversal de "Juegos interclases 2015". Beneficios de la actividad física para la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del fútbol sala.</li> <li>- Participa activamente de las actividades propuestas en el proyecto de juegos interclases.</li> <li>- Conoce los beneficios del ejercicio físico para la salud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza pases cortos con empeine y borde interno.</li> <li>- Realiza pases en desplazamiento.</li> <li>- Conduce el balón en línea recta.</li> <li>- Realiza una rutina de ejercicios para la mejora de la fuerza (100 abdominales, dorsales, sentadillas).</li> <li>- Asume una rutina de ejercicio físico a su estilo de vida.</li> </ul>
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Baloncesto" Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales. Charlas y actividades para motivar un mejoramiento personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del baloncesto.</li> <li>- Aprende y participa de actividades para el mejoramiento personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecuta el dribling con ambas manos, estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases por encima y por debajo de la cabeza.</li> <li>- Demuestra cambios en sus actitudes y comportamientos adquiriendo mejores hábitos para su crecimiento personal.</li> </ul>



 <p>Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL</p>	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL JOSÉ MARÍA CARBONELL "ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

PERIODO ACADEMICO: I - IV		GRADO: 11º	
5º. ESTANDARES BASICOS DE COMPETENCIAS	6º. CONTENIDOS Y TEMATICAS	7º. COMPETENCIA	8º. INDICADOR DE DESEMPEÑO
<p>Desarrollo y mejora de las cualidades física. Fundamentación técnica deportiva. Fundamentación teórica sobre los sistemas del Sobre estilos de vida saludables.</p>	<p>Deporte específico: "Voleibol"</p> <p>Desarrollo y mejora de las capacidades condicionales Charlas y actividades para motivar un mejoramiento personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoce y ejecuta los ejercicios propuestos para el aprendizaje de los fundamentos técnicos del Voleibol.</li> <li>- Ejecuta correctamente los ejercicios propuestos para mejorar su fuerza y .Resistencia.</li> <li>- Aprende y participa de actividades para el mejoramiento personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza la técnica de voleo estático y en desplazamiento.</li> <li>- Realiza pases con un compañero mostrando un nivel de dominio básico.</li> <li>- Incorpora una rutina semanal de ejercicios de resistencia y fuerza.</li> <li>- Demuestra cambios en sus actitudes y comportamientos adquiriendo mejores hábitos para su crecimiento personal.</li> </ul>

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 9. METODOLOGIA

Como comité nos preocupa mantener la motivación permanente en los alumnos como hasta ahora ellos lo han demostrado. La relación profesor alumno se plantea informalmente; sin perder el respeto y sobrepasar las normas de convivencia de la institución.

El docente plantea el tema a tratar en la clase el cual, va ligado a la parte teórica con la práctica. Los estudiantes a través de su experiencia y conocimiento previo exponen sus opiniones y definiciones de conceptos; que el educador selecciona y resalta conforme a su veracidad.

Los temas se fortalecen a través de exposiciones cortas, ejercicios, juegos y deportes que se desarrollan dando solución a un mismo problema.

En la parte práctica el trabajo que se desarrolla, el estudiante propone ejercicios, juegos y deportes los cuales comprometen los temas propuestos por el profesor, es decir, éste se efectúa a través del método deductivo. La clase se plantea con las siguientes partes a desarrollar: parte inicial; los estudiantes proponen actividades que permiten el calentamiento. Parte central; en esta fase se lleva a cabo el logro principal que se pretende durante la clase. Parte final; durante esta fase se pretende la recuperación o vuelta a la calma por parte de los estudiantes.

El docente durante la evaluación que es permanente identifica problemas, habilidades destrezas, talentos, aptitudes y actitudes que le permiten tener una visión clara, coherente y real de cada estudiante conforme a su proceso de aprendizaje.

Para el comité es importante que nuestra clase esté correlacionada con las diversas áreas, haciendo énfasis en el proceso de convivencia.

Los procedimientos metodológicos para los niveles, deben estar relacionados con la capacidad que poseen los alumnos a estas edades, para captar la globalidad tanto de movimientos como de informaciones verbales. Ello plantea como método pedagógico esencial el método global y/o deductivo debe cruzar de práctica pedagógica; en tanto que esta permita un desarrollo fluido de las distintas fases de desarrollo físico motor y socio - motor.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

Necesidades para cada clase:

1. Las clases deben ser variadas al trabajar, los diversos contenidos; para los cuales, se trabajará con juegos, actividades deportivas, trabajos individuales y grupales, utilización de espacios propicios.
2. Trabajando la recreación y el deporte de tal manera, que los alumnos sean agentes activos en las clases.
3. Brindarle a los estudiantes un ambiente de confianza y amistad; en el cual, se manejarán como banderas el dialogo, la tolerancia, la solidaridad, el respeto a la diferencia, etc.
4. Haciendo más visible la coevaluación para que el estudiante pueda expresar sus puntos de vista y, participe en la construcción permanente de la clase.

#### **RECOMENDACIONES PARA LOS PROFESORES.**

1. Dar importancia al juego como metodología de trabajo.
2. Dar oportunidad para una gran variedad de experiencias y movimiento desarrollando las formas básicas antes que las habilidades especiales enseñando de forma sencilla y simple al principio con un lenguaje sencillo y fácil de entender.
3. Inspirar confianza animando a los niños para que inventen cosas nuevas hacer prácticas cortas en los dos primeros niveles.
4. Tener en cuenta la flexibilidad curricular con aquellos estudiantes en condiciones de discapacidad, con los cuales se deben hacer algunas adaptaciones en los ejercicios dependiendo de sus condiciones, habilidades y debilidades.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			 CALI
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 10. EVALUACION

El proceso pedagógico de la evaluación, en el desarrollo de la clase de Educación Física busca analizar en forma global los logros, dificultades o limitaciones del alumno y, las causas y circunstancias, que como factores asociables, inciden en su proceso de formación. De esta forma la evaluación se constituye en una guía y orientación para dicho proceso.

Los estudios sobre procesos nos llevan a registrar los sucesos en su evaluación, que en el estado de progreso ha de observar las situaciones e indagar los juicios, interpretaciones y perspectivas de los alumnos; cumpliéndose en este momento la integralidad de la misma.

El enfoque de la evaluación es:

1. CONTINUA
2. INTEGRAL
3. SISTEMÁTICA
4. FLEXIBLE
5. PARTICIPATIVA
6. FORMATIVA

1. Continua: Que la realizaremos de forma permanente a través de la observación.
2. Integral: Que tenga en cuenta todos los aspectos o dimensiones del desarrollo de los alumnos.
3. Sistemática: la evaluación está organizada con principios pedagógicos los cuales guardan relación con los fines y objetivos de la educación, los contenidos y los métodos.
4. Flexible: tiene en cuenta los ritmos de desarrollo del alumno en diferentes aspectos; por lo tanto, debe considerar la historia del alumno, sus intereses, capacidades, limitaciones y en general su situación concreta.
5. Participativa: de esta forma involucramos varios agentes que propicien la autoevaluación y coevaluación.
6. Formativa: con esto nos permitimos reorientar los procesos educativos de manera oportuna, a fin de lograr su mejoramiento.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 10.1 EVALUACIÓN SEGÚN DECRETO 1290

1. Desempeño Procedimental 50%
2. Desempeño Cognitivo 20%
3. Desempeño actitudinal 20%
4. Autoevaluación 10%

## 11. RECURSOS

Los recursos para el desarrollo del plan de área son:

### **Humanos:**

- ❖ 2 docentes del área de educación física, recreación y deporte para bachillerato de 6º a 11º y los docentes de la básica primaria deben asumir y trabajar el plan de área de acuerdo a sus conocimientos..

### **Físicos:**

- ❖ Cancha múltiple.
- ❖ Balones de futsal, baloncesto, voleibol, balonmano, pelotas de caucho.
- ❖ Material didáctico como: conos, topes, aros, cuerdas, colchonetas, bastones, vallas.
- ❖ Material bibliográfico como libros de ejercicios, libros o guías del ministerio de educación, bibliografía de metodología y pedagogía de la educación física.
- ❖ Recursos estructurales como: habilitar unas duchas, mejorar el almacén de implementos, piso y techo en la cancha.

Recursos tecnológicos como colocar un punto de internet o ampliar la señal hasta la cancha, ventilador en el almacén de implementos, comprar compresor.

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 12. META DE CALIDAD

Para el año 2016, el departamento de educación física, recreación y deporte, se propone además de ejecutar el contenido del plan de área, complementarlo mediante proyectos que brinden espacios al estudiante para aplicar los conocimientos adquiridos en la clase, estos proyectos están enmarcados dentro del proyecto transversal de tiempo libre; en ese orden de ideas nos proponemos como meta:

- ✓ Ejecutar el 100% los contenidos del plan de área.
- ✓ Ejecutar el proyecto de juegos interclases en futbol sala, voleibol, baloncesto, ajedrez, beneficiando a por lo menos el 90% de la población.
- ✓ Diseñar estrategias para que el 90% de la población estudiantil participe de los proyectos.
- ✓ Diseñar y Ejecutar el proyecto "Estilos de vida saludable"

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

### **13. PLANES DE APOYO PARA ESTUDIANTES CON DIFICULTADES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE**

El área de educación física, recreación y deporte es una asignatura especial puesto que se trata de formar al individuo de manera integral, no podemos separar lo físico de lo mental ni de lo emocional, es decir que debemos tener en cuenta cada uno de estos aspectos en nuestros estudiantes, por lo que en algunos casos no podemos ni debemos hacer exigencias en el trabajo físico cuando el estudiante está enfermo o padece alguna enfermedad o dolencia que le impida una buena práctica de actividad física, en ese caso se plantean estrategias que incluyen la ejecución de ejercicios adecuados a su situación o enfermedad, trabajos y talleres relacionados con el área, y elaboración de material didáctico.

### **14. LINEAS DE INVESTIGACION**

Las líneas de investigación en nuestra área se enfocan hacia:

- Pedagogía y didáctica de la educación física.
- Desarrollo físico y psicomotriz.
- Antropometría física, crecimiento y desarrollo.
- Actividad física y salud.
- Formación y entrenamiento deportivo

 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 15. BIBLIOGRAFIA

- 1) Lineamientos curriculares del área de educación física, recreación y deportes; Ministerio de educación nacional; Editorial Magisterio; Julio; 2000.
- 2) Camacho, Hipólito; castillo, Eduardo; Bahamon, Pablo E; cala, Rómulo; Programas de 6º a 11º Educación física: Una alternativa Curricular; Ed. Kinesis; Armenia; 2000.
- 3) Flor, Iván; GÁNDARA, Cristina; REVELO, Javier; Manual de Educación Física: Deportes y recreación por edades; Editorial Cultural S.A; Madrid, España, 2005.
- 4) González H, Miguel A; Manual para la evaluación en educación Física: Primaria y secundaria; Editorial Escuela Española; Madrid, España, 1999.
- 5) Platonov, Vladimir N; Bulatova, Marina M; La preparación Física: Colección Deporte & entrenamiento; Editorial Paidotribo; 2ª Edición.



 Alcaldía de SANTIAGO DE CALI SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	<b>SECRETARIA DE EDUCACION MUNICIPAL</b> <b>INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO INDUSTRIAL</b> <b>JOSÉ MARÍA CARBONELL</b> <b>"ESTUDIANTE CARBONELIANO BUEN CIUDADANO"</b>			
	<b>GESTION ACADEMICA</b> <b>PLAN DE AREA EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES</b>			
	DC-GA-07	Versión: 3	Fecha: 06/05/2011	

## 16. ANEXOS

<b>TABLA CONTROL DE CAMBIOS</b>			
<b>ITEM</b>	<b>FECHA</b>	<b>VERSION</b>	<b>TEXTO MODIFICADO</b>
01	16/02/2011	2	Se modifica el formato para establecer cada plan de área
02	16/02/2011	2	Se codifica como DC-GA-07 al plan de área Educación física, recreación y deportes
03	17/05/2011	3	Se modifican las firmas de aprobación y verificación
04	26/01/2015	3	Se modifican algunos temas en el grado 8 <sup>o</sup> , para implementar el balonmano.
05	26/01/2015	3	Se modifica el proyecto de juegos interclases para que sea un proyecto alusivo a los valores.
06	18/01/2016	4	Se modifican algunos contenidos de 9 <sup>o</sup> a 11 <sup>o</sup> , para incluir charlas y actividades de motivación personal.