PLAN DE ÁREA

EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
Y
TEORÍA DEPORTIVA

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

Responsables:

.

ESP. ALONSO LONDOÑO NOREÑA.
MAG. ADRIANA PATRICIA SALAZAR V.
LIC. FREDY RIVERA QUINTERO
MAG. LUIS FERNANDO REYES CRUZ
LIC. MARIA FERNANDA RAMIREZ LOZANO

Mag. WILINTON RODRIGUEZ QUIÑONES
Rector

Tuluá – Valle

2026

COPIA CONTROLADA

1. INTRODUCCIÓN

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

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

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

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

APORTE DEL ÁREA AL LOGRO DE LOS OBJETIVOS POR CICLO

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

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

COPIA CONTROLADA

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

El propósito de la Educación Física en la media académica es el de incorporar la investigación del proceso cognoscitivo tanto en el aula como en el medio social y comunitario en el cual se desenvuelven el individuo sin desligarse de su ambiente natural, económico y político; pretende mejorar los niveles de vida en la medida en la que el sujeto se vincula a programas de desarrollo que proyecten soluciones a problemas sociales, a un mejor status de convivencia ciudadana.
La educación física, se basa en le preparación que tienen los educandos para la recreación, práctica y la lúdica y el aprovechamiento del tiempo libre. Y con ellos el educando lo aplica como herramienta para la organización de sus propios torneos.
En la parte técnica, el educando los aplica y desarrolla en el campo laboral.

2. JUSTIFICACIÓN

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

COPIA CONTROLADA

3.DIAGNOSTICO:

Desde el punto de vista social, la vida cotidiana es sorteada a través de algunas formas de supervivencia, propias de los sectores populares: la ayuda mutua, la cooperación y la solidaridad. El trabajar comunitariamente no sólo permite y agiliza la adecuación urbana, sino que, además, va creando una serie de valores y de comportamientos que posibilitan formas de identidad grupal y barrial; es así como se moldean personalidades con un sentido de la vida y del hábitat, marcado por el trabajo comunitario y las dificultades que implica la solución de sus múltiples necesidades. La Institución Educativa mantiene un ambiente deportivo en varias disciplinas, Baloncesto, Fútbol, Voleibol y ajedrez. Los cuales ayudan a que ese entorno se conserve con grandes deportistas Esto ayuda a que el aprendizaje sea más agradable para la formación en la Institución. La mayoría de los estudiantes tienden a ser receptivas frente a las actividades innovadoras que se plantean en su proceso educativo, especialmente en lo relacionado con el uso de las tecnologías; además, muestran buena disposición en los procesos lúdicos y manifiestan agrado por las acciones que se plantean para ser desarrolladas en forma grupal. La Institución Educativa cuenta con docentes Licenciados en el área de la Educación Física. Es de resaltar la labor docente en Preescolar y Básica Primaria con el alumnado que llega a esta Institución, así como el trabajo que realizan en las clases de Educación Física y los objetivos que esta disciplina propone para el desarrollo de los escolares. Esto se presenta por la entera disposición del cuerpo docente y la Institución con espacios y entornos agradables para el desarrollo de las clases. Se destaca la incursión de la Secretaría de Educación Municipal con el programa de Jornadas complementarias, donde la lúdica, el sano esparcimiento y la formación en diferentes disciplinas deportivas, son importantes para la Institución Educativa que, en buena medida, vienen canalizando las expectativas de un grupo representativo de estudiantes hacia la orientación deportiva, utilizando de una forma productiva el tiempo libre. Estas jornadas se realizan después del horario escolar y hacen parte de un espacio y tiempo más productivo para los participantes; en éstas se tienen a disposición los materiales y profesores para realizar otras actividades, en estas jornadas incursiona el IMDER, dado que el programa necesita personas idóneas para esta labor, orientada hacia la formación cultural y deportiva en el desarrollo integral del alumnado. Como parte de nuestros objetivos, la actividad física se orienta para canalizar las distintas expresiones de la corporeidad, fomentar el desarrollo de la personalidad y la capacidad motriz, logrando que los aprendizajes adquiridos desde estos ámbitos se vean reflejados en la práctica del deporte y el buen uso del tiempo libre. La diversidad es un hecho inherente al desarrollo humano. Se debe a un conjunto de factores contextuales, (familiares, escolares y socio-económicos), y factores individuales, (motivaciones, capacidades, e intereses). Para abarcar todos los motivos por los que existe diversidad, podemos hablar de los aspectos

psicológicos, culturales y biológicos. Dentro del área de Educación Física las necesidades educativas especiales en educación física son debidas a múltiples causas, como son trastornos motores, enfermedades metabólicas (obesidad), discapacidad física, enfermedades cardiorrespiratorias o trastornos de conductas, solicitando estas ayudas en algún momento de su escolaridad o a lo largo de toda ella, es decir, en cada una de las sesiones que diseñemos. Por ello quiero expone el tratamiento a realizar

COPIA CONTROLADA

desde dos ámbitos de actuación diferentes: uno general referido a la adecuación a los diferentes ritmos de aprendizaje del alumnado, y otro más específico relativo a la

atención a las Necesidades Educativas Especiales que haya. Atención a diferentes ritmos de aprendizaje

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

LÍNEAS GENERALES DE ACTUACIÓN

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

ATENCIÓN Y TRATAMIENTO DE LAS N.E.E.

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

COPIA CONTROLADA

4. OBJETIVOS

A. OBJETIVOS GENERALES DEL ÁREA

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

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL ÁREA

a. Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.
b. Impulsar una nueva didáctica pertinente a los procesos formativos; que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.
c. 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.
d. 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.

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN BÁSICA SECUNDARIA.

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

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

- Promueve el movimiento de cuerpo, sistema circulatorio y respiratorio.

COPIA CONTROLADA

- Enseña a tener una vida activa.
- Enseña a aprovechar el tiempo libre de manera sana.
- Mejora la autoestima.
- Estimula el trabajo en equipo.

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

4 durante el período escolar la educación física estimula el desarrollo de aspectos físicos y psicológicos de los niños, a través de la enseñanza de valores y de habilidades. No se limita a la práctica de los deportes, sino que conlleva a una actividad de interiorización de los conocimientos. De manera indirecta, la educación física pretende educar sobre los buenos hábitos de la alimentación y el estilo de vida saludable, que a muchos jóvenes les cuesta mantener.

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

OBJETIVOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN MEDIA ACADÉMICA.
Según el Artículo 30 de la Ley 115.

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

4. MARCO LEGAL: “Ley 115- febrero 8 de 1994 “**LEY GENERAL DE EDUCACIÓN”**

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

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

ARTICULO 14. ENSEÑANZA OBLIGATORIA.

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

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

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

ARTICULO 23: AREAS OBLIGATORIAS Y FUNDAMENTALES:

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

ARTICULO 57. JORNADA ÚNICA Y HORARIO ACADÉMICO

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

ARTÍCULO 59. UTILIZACIÓN ADICIONAL DE LAS INSTALACIONES ESCOLARES.

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

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

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

COPIA CONTROLADA

BASE MUNICIPAL CURRICULAR EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE.

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

4. COMPETENCIAS BÁSICAS

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DEL ÁREA		
C. MOTRÍZ	**C. EXPRESIVA CORPORAL**	**C. AXIOLOGICA CORPORAL**
Entendida como la construcción de una corporeidad autónoma que otorga sentido al desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas y técnicas de movimiento reflejadas en saberes y destrezas útiles para atender el cultivo personal y las exigencias siempre cambiantes del entorno con creatividad y eficiencia. No sobra advertir que lo motriz es una unidad, pero para efectos utilizar un enfoque analítico, aunque en la vida real la motricidad se expresa mediante acciones unitarias.	Debe entenderse como el conjunto de conocimientos acerca de sí mismo (ideas, sentimientos, mociones), de técnicas para canalizar la emocionalidad (liberar tensiones, superar miedos, aceptar su cuerpo), de disponibilidad corporal y comunicativa con los otros, a través de la expresión y la representación posible, flexible, eficiente y creativa, de gestos, posturas, espacio, tiempo e intensidades	Entendida como el conjunto de valores culturalmente determinados como vitales, conocimientos y técnicas adquiridos a través de actividades físicas y lúdicas, para construir un estilo de vida orientado a su cuidado y preservación, como condición necesaria para la comprensión de los valores sociales y el respeto por el medio ambiente.

5. METODOLOGÍA CURRICULAR PARA LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACION FÍSICA

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

Lo que nos lleva como docentes a aplicar nuevas estrategias metacognitivas para “aprender a pensar”, “aprender a aprender” y “aprender a ser”, “aprender hacer” y

COPIA CONTROLADA

prevenir sus dificultades en el aula y en la vida. Por consiguiente, para que el alumno aprenda en profundidad el docente debe ser meta cognitivo. Por lo que ahora es necesario que la Educación Física promueva el despliegue de las potencialidades de

los estudiantes. Se debe aprender a autoevaluar, a reflexionar, a comprender, a criticar, desarrollando un aprendizaje significativo que reconstruya la mente y el cuerpo; más que un aprendizaje mecánico de las acciones de movimiento, memorístico, repetitivo, no selectivo y sin sentido.

La modelización de los procesos de enseñanza aprendizaje necesariamente debe comprender los procesos metacognitivos, a la evolución conceptual, ideas previas, historia y epistemología la emotividad, la afectividad, y por ende se verá la eficacia en la adquisición de la retención y aplicación de lo que se aprende; y en la aplicación del pensamiento crítico, reflexivo y resolución de problemas.
Los métodos más utilizados para la enseñanza de la Educación Física durante el desarrollo de una sesión de clase son:

1. **Método Visual Directo**: Abarca las diferentes formas de la demostración de los ejercicios.
2. **Método Auditivo**: El objetivo fundamental de este método, se dirige a la asimilación del ritmo de ejecución de los ejercicios por parte del grupo, teniendo en cuenta las características temporales y espacio -temporales del movimiento.
3. **Método Propioceptivo**: Con este método se crea la sensación dirigida del movimiento. Es muy útil en la enseñanza con escolares.
4. **Método Verbal:** Influencia directa del segundo sistema de señales, se puede plantear tareas, se crea una actitud hacia ellas y se dirige el proceso de ejecución de las mismas. Se analizan y valoran los resultados.
5. **Método Fragmentado**: Se emplea para la enseñanza de acciones técnicas (si las mismas pueden someterse a divisiones).
6. **Método De Ejercicio Estándar**: Es el proceso del ejercicio estandarizado, los movimientos se repiten sin ningún tipo de variaciones substanciales de su estructura. Es muy útil para la automatización de los movimientos técnicos.
7. **Método De Intervalo**: Se utiliza básicamente con mecanismos de trabajo – descanso, que se puede manejar por los entrenadores dados las características individuales. Esta forma va dirigida al mejoramiento de capacidades aeróbicas y en particular al incremento de la productividad cardiaca.
8. **Método del Ejercicio Variable**: Este consiste en la variación dirigida de las influencias del trabajo en el transcurso de los ejercicios

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

1. Clases prácticas y teóricas
2. Juegos y Deportes
3. Actividades físicas y recreativas
4. Trabajo en equipo y cooperación
5. Evaluación continua y retroalimentación
6. Desarrollar habilidades motrices en deportes como Baloncesto, Futbol y Voleibol

COPIA CONTROLADA

7. Fomentar jornadas donde los estudiantes adquieran habilidades motrices y hábitos alimenticios en donde identifiquen los elementos para tener hábitos de vida saludable.

6. EL TRATAMIENTO DE LOS CONTENIDOS EN LAS ORIENTACIONES

En la mayoría de los diseños curriculares se evidencia la falta de correspondencia entre los contenidos, sus correspondientes orientaciones y la unidad didáctica. Dichas orientaciones tienen su fundamento en el empleo de las mismas estructuras del conocimiento. De tal manera que la construcción de la unidad didáctica debe basarse en las variables de complejidad motriz, nivel de intensidad del esfuerzo y en el momento de la complejidad afectivo/social. En consecuencia, se organizan según la globalización, especificidad e interdisciplinariedad junto a las tres estrategias de enseñanza: Instructiva, Participativa y Emancipativa por su valoración en los procesos de enseñanza / aprendizaje. Dentro de los procesos de formación del niño o joven no se puede restringir únicamente a los de tipo motor por lo que se hace necesario relacionarla con las diferentes dimensiones del ser humano ya en el principio evocando los postulados de Rousseau, a pesar de no pensar en una metodología para la Educación Física, apuntó a una significación del trabajo corporal. En Emilio, previó la continua ejercitación de su cuerpo, “con el objetivo de volverlo robusto y vigoroso, para que obedeciese a su alma, pues entendía que un cuerpo débil, fatalmente debilitaría al alma del individuo”. Este carácter funcional del ejercicio físico en favor de la educación intelectual, contemplado por Rousseau, sirvió de rumbo para pensadores de distintas áreas y en diversos países que, influidos por sus ideas, elaboraron proyectos educacionales como, por ejemplo, Basedow y Pestalozzi. Estos antiguos gestores de la Educación Física no solo pensaron en el cuerpo humano sino en la mente y en el espíritu. Los lineamientos curriculares de la Educación Física en Colombia contemplan varios procesos de formación y dimensiones del ser humanos la cuales se observan en los siguientes cuadros:

PROCESOS	COMPONENTES	PERSPECTIVA DE LOGRO
DESARROLLO FISICO Y MOTRIZ	ϖ Biológico. ϖ Físico. ϖ Químico	Valoración de la potencialidad de sí mismo como humano y como especie.
ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO Y EL ESPACIO	ϖ Construcción personal del tiempo y el espacio. ϖ Construcción social del tiempo y el espacio.	Ubicación en la acción inmediata y próxima en la perspectiva individual y colectiva.
FORMACION Y REALIZACION TECNICA	ϖ Técnicas del cuerpo. ϖ Acciones básicas. ϖ Acciones complejas.	Aproximación cultural y creación en la multiplicidad de prácticas culturales.
INTERACCIÓN SOCIAL	ϖ Hábitos ϖ Valores Construcción y proyección personal y social de la ética	Construcción y proyección personal y social de la ética
EXPRESIÓN CORPORAL	ϖ Lenguajes ϖ Emoción	Comunicación y elaboración estética.

COPIA CONTROLADA

	ϖAmbientes y Sensibilidad.	
RECREACIÓN LUDICA	ϖ Vivencia. ϖ Actitud.	Reencuentro consigo mismo y con los demás en ambientes libres.

7. **TRANSVERSALIZACIÓN CON OTRAS ÁREAS DEL CONOCIMIENTO**.

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

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

COPIA CONTROLADA

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CIUDADANAS: El desarrollo de las competencias específicas del Área de Educación Física, Recreación Deportes, por su naturaleza práctica y vivencial, facilita la construcción de ambientes de aprendizaje, experiencias y proyectos personales y grupales en los que se reconocen las propias capacidades y limitaciones. Así mismo, proporciona vivencias de respeto y tolerancia de la diversidad y la diferencia, con las que es posible realizar procesos de

convivencia pacífica, elementos fundamentales en la formación de competencias ciudadanas. Las experiencias lúdicas, corporales, motrices y axiológicas permiten que el estudiante practique e identifique sus propias fortalezas y debilidades, alcance un conocimiento de sí mismo, del control de sus emociones y de sus acciones, en el marco de responsabilidades sociales como futuro ciudadano y, por tanto, sujeto de deberes y derechos. El cumplimiento de las normas, así como la posibilidad de cambiar las reglas a través de acciones de negociación y conciliación, se aprenden en el juego; por medio de este se toman decisiones y se comparten sus consecuencias para el juego mismo. Las distintas modalidades de prácticas lúdicas corporales les posibilitan a los estudiantes asumir diferentes roles, como jugadores, árbitros y organizadores, responsabilidades que vivencian en contextos de relación con sus compañeros o con sus antagonistas. En el propio desenvolvimiento de la toma de decisiones, el estudiante aprende que debe tener en cuenta tanto las opiniones de sus compañeros como las de los contrarios, y que debe asumir las consecuencias que éstas tengan para la convivencia dentro del grupo. Las acciones de la Educación Física, Recreación y Deporte en diferentes espacios culturales, sociales y ambientales, proporcionan al estudiante experiencias frecuentes y diversas de interacción e inclusión; frente a estas situaciones él aprende a tener flexibilidad de adaptación, así como las habilidades suficientes y necesarias para una relación armónica para comportarse en variadas condiciones y contextos.
Igualmente, la práctica de la actividad física fortalece el cuidado de sí mismo y de los demás. Desde esta perspectiva, la ética del cuidado (MEN, 2006, p. 158) juega un papel de vital importancia; por ello, en el desarrollo de la clase es preciso tener claro que el estudiante debe estar atento al buen desarrollo de su práctica física para no hacerse daño y no hacerlo a otros. Este principio de acción en la clase es lógicamente extrapolable a elementos de la formación ciudadana, como son el respeto al otro, a las reglas y a sí mismo.

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS COMUNICATIVAS: El valor comunicativo del movimiento corporal como primera manifestación de la comunicación humana, abre espacios para la producción de lenguajes corporales en las diferentes prácticas motrices, expresivas y lúdicas. Dichas prácticas contribuyen a la construcción de sistemas simbólicos, estructuran conceptos y experiencias de diverso orden, para generar conocimientos, técnicas o saberes y enriquecer procesos de socialización y de creación. La exploración de diversos gestos y actitudes proporciona el descubrimiento de mensajes significativos a los participantes de prácticas corporales y expresivas de relación e interacción. No solo se reconoce el sentido de las propias acciones y las de los otros, sino que se comprenden, aplican y vivencian diferentes valores.

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS MATEMÁTICAS: Desde diferentes campos de investigación se ha demostrado la relación de la motricidad con el desarrollo cognitivo del ser humano y su papel fundamental para la sobrevivencia en

relación con el medio y la producción de conocimiento. La relación de las competencias del área de Educación Física, Recreación y Deporte con las competencias matemáticas se produce por el carácter motriz y senso-motriz de las primeras nociones temporo-espaciales de tamaño, forma, distancia y seriaciones, las cuales posibilitan las condiciones para el desarrollo del pensamiento matemático. Es preciso recordar que las nociones referidas son de índole mental y de origen motriz; se

constituyen, por tanto, en las bases desde las que se desarrolla el pensamiento matemático. A través de las experiencias motrices y senso-motrices se explora el espacio, se usa los objetos y se reconoce las posibilidades y limitaciones del desplazamiento y el movimiento humano. Se genera experiencias que relacionan el pensamiento espacial y los sistemas geométricos.

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

TRANSVERSALIZACIÓN CON LAS COMPETENCIAS CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES:
Las prácticas propias de la clase de Educación Física, Recreación y Deporte, según cómo se planifiquen y orienten, tienen relación con los procesos de conocimiento de las Ciencias naturales y de las Ciencias sociales. Las relaciones con el entorno vivo, físico, tecnológico, cultural y social se facilitan y mejoran a través de experiencias lúdicas, corporales, expresivas y motrices, dirigidas con toda intención hacia esos propósitos. Las acciones corporales y motrices suponen el seguimiento de procesos y conocimientos requeridos para la comprensión del mundo, de las cosas y de las interacciones humanas y sociales. En efecto, antes y durante la Página 9 de 83 realización de una experiencia corporal, lúdica y expresiva, el estudiante formula soluciones, utiliza metodologías y procedimientos en una fracción de tiempo necesario para anticipar el éxito de la acción. Para ello, son necesarios los conocimientos de las Ciencias naturales y sociales. A partir de las metas de formación planteadas en los Estándares Básicos de Competencias en Ciencias, tanto naturales como sociales, se apoya el desarrollo de las competencias específicas del área de Educación Física, Recreación y Deporte, en la medida en que educamos personas que se asumen como parte de un todo social y natural, como líderes que reflexionan acerca de los

COPIA CONTROLADA

fenómenos, tanto naturales como sociales y que además construyen miradas críticas conducentes a transformación de su entorno. Las reflexiones sobre el cuidado del cuerpo y el ambiente nos permiten abordar problemas que favorecen la tarea de preparar a los estudiantes para que actúen de manera responsable y tomen decisiones favorables para ellos mismos y para la sociedad donde se desenvuelven. Estos propósitos se relacionan con las competencias científicas porque nos ayudan a conocer el mundo, ser parte de él, actuar solidariamente, fortalecer la capacidad para pensar de manera autónoma y para construir una actitud propositiva.

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

8. EVALUACIÓN

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

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

COPIA CONTROLADA

- La presentación personal, los valores, el respeto, solidaridad, compañerismo y trabajo en equipo en cada una de las actividades desarrolladas en clase.

COPIA CONTROLADA

CRITERIOS DE EVALUACIÓN GENERALES DE EDUCACIÓN FISICA

El fin de la evaluación en lo educativo es propiciar la formación integral buscando lo que logra y cuanto aprende. En ella se reflexiona las causas y factores que motivaron el desempeño, el rendimiento y la participación.

La evaluación de los estudiantes está diseñada desde las dimensiones: cognitiva o conceptual (lo que sabe), procedimental o personal (como lo hace) y los actitudinal o social (como se relaciona con los otros y con el proceso de aprendizaje). Para evaluar a los estudiantes se tendrán en cuenta aspectos como:

- El estudiante debe cumplir en el año lectivo 2026 con los ejes temáticos propuestos en cada uno de los periodos académicos de los fundamentos básicos deportivos y ejercicios requeridos por el docente.
- El estudiante debe portar adecuadamente el uniforme de educación física según lo establecido en el pacto de convivencia.
- El estudiante debe participar e integrarse activamente en las diferentes actividades de la clase.
- El estudiante que presente impedimento físico para realizar la clase práctica debe acreditar certificado médico al inicio de labores académicas al docente.
- El estudiante que durante el desarrollo académico año 2025
- presente quebrantos de salud o lesión física, debe presentar incapacidad médica a su profesor correspondiente
- El estudiante de alto rendimiento deportivo justificará sus ausencias con certificado de la liga o Club al que pertenece.
- Todo estudiante deportista que represente a la Institución educativa Gimnasio del Pacifico, debe mostrar un excelente rendimiento académico y disciplinario.
- El estudiante que presente incapacidad médica para la realización de la clase práctica, justificara su nota con un trabajo determinado por el docente de área.
- El estudiante dará un buen manejo a las instalaciones y escenarios; como también a los diferentes implementos deportivos.
- El estudiante debe presentar un comportamiento ejemplar con sus compañeros de clase y su respectivo docente de área.

ESCALA NACIONAL	LITERALES	RANGOS
Desempeño superior	Su	4.50 -5.00

Desempeño Alto	Al	4.00 -4.49
Desempeño Básico	Bs	3.00-3.99
Desempeño Bajo	Bj	1.00 -2.99

9. R E C U R S O S:

Institucionales: Sede y subsedes de la I.E. Gimnasio del Pacífico, Alcaldía Municipal de Tuluá, IMDER (Instituto Municipal del Deporte), Prensa Hablada y Escrita, U. Central del Valle del Cauca Tuluá
Humanos: Rector I.E. Gimnasio del Pacífico, Coordinadores I.E. Gimnasio del Pacífico Docentes Integrantes Departamento de Educación Física, Docentes Integrantes

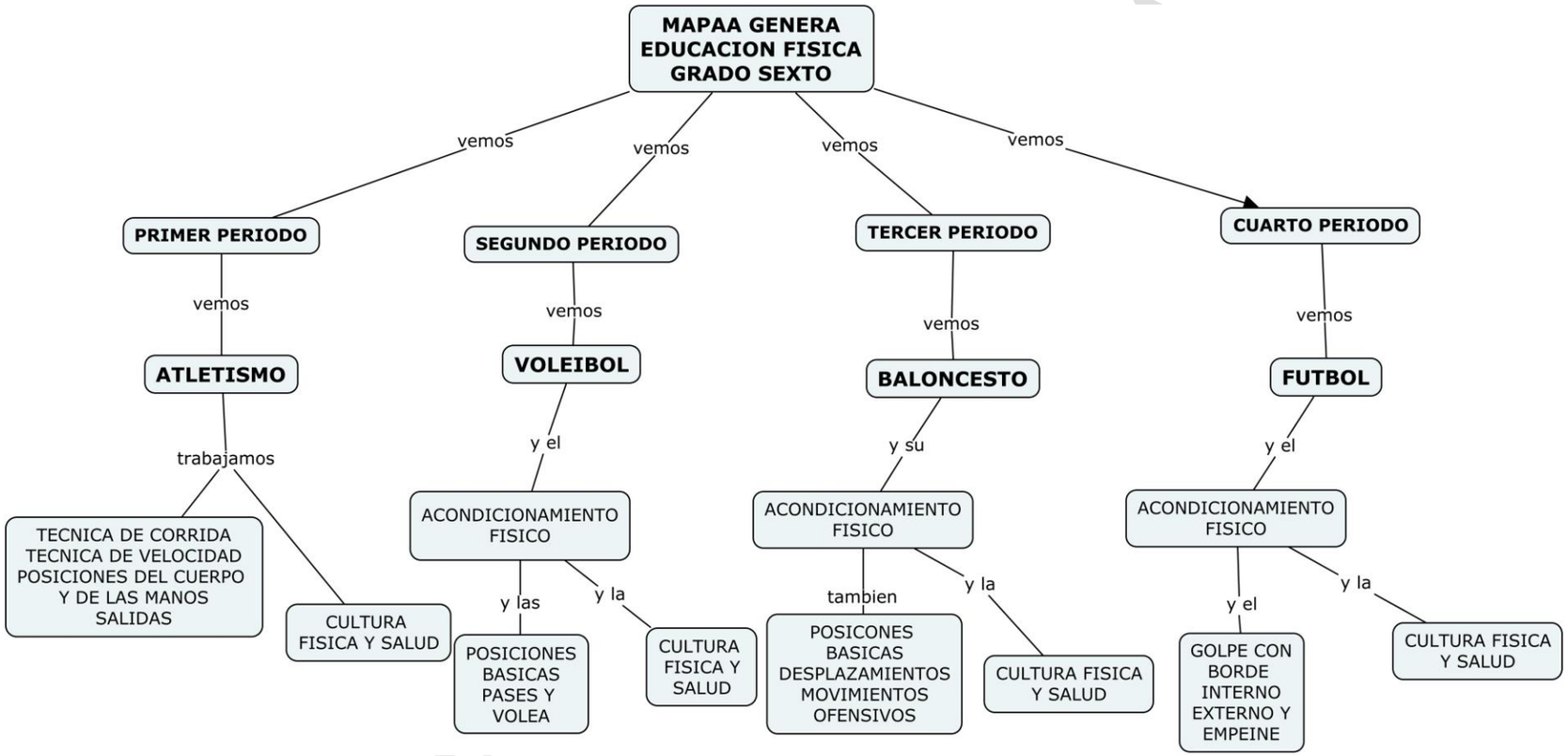
Departamento de Educación Física, Docentes diferentes áreas, Monitores diferentes disciplinas deportivas IMDER Tuluá, Padres de Familia Comunidad Gimnasiana.
Implementos deportivos y Escenarios: Balones: Baloncesto, Futbol, Voleibol, Fut-sala y Balonmano, Cuerdas, Conos, Tacos, Pitos, Carteleras, Internet, Televisor, Colchonetas, Tableros de ajedrez, Mesas de ping-pong, Campos deportivos: Fútbol, voleibol, baloncesto, pista atlética, Textos bibliográficos y conferencia
Económicos: Se recomienda al rector de nuestra Institución Educativa, vincularse directamente en el presente Plan de Área y se nos de apoyo necesario en la consecución de los diferentes implementos deportivos; como también el apoyo decidido si los alumnos clasifican a la fase departamental, nacional e internacional supérate intercolegiados, en lo que se refiere a los gastos de transporte de los deportistas.

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

10.B I B L I O G R A F I A

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

COPIA CONTROLADA


MAPAA GENERA EDUCACION FISICA GRADO SEXTO
vemos
vemos
vemos
vemos
PRIMER PERIODO
SEGUNDO PERIODO
TERCER PERIODO
CUARTO PERIODO
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
trabajamos
y el
y su
y el
TECNICA DE CORRIDA TECNICA DE VELOCIDAD POSICIONES DEL CUERPO Y DE LAS MANOS SALIDAS
CULTURA FISICA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
ACONDICIONAMIENTO FISICO
ACONDICIONAMIENTO FISICO
y las
y la
tambien
y la
y el
y la
POSICIONES BASICAS PASES Y VOLEA
CULTURA FISICA Y SALUD
POSICONES BASICAS DESPLAZAMIENTOS MOVIMIENTOS OFENSIVOS
CULTURA FISICA Y SALUD
GOLPE CON BORDE INTERNO EXTERNO Y EMPEINE
CULTURA FISICA Y SALUD

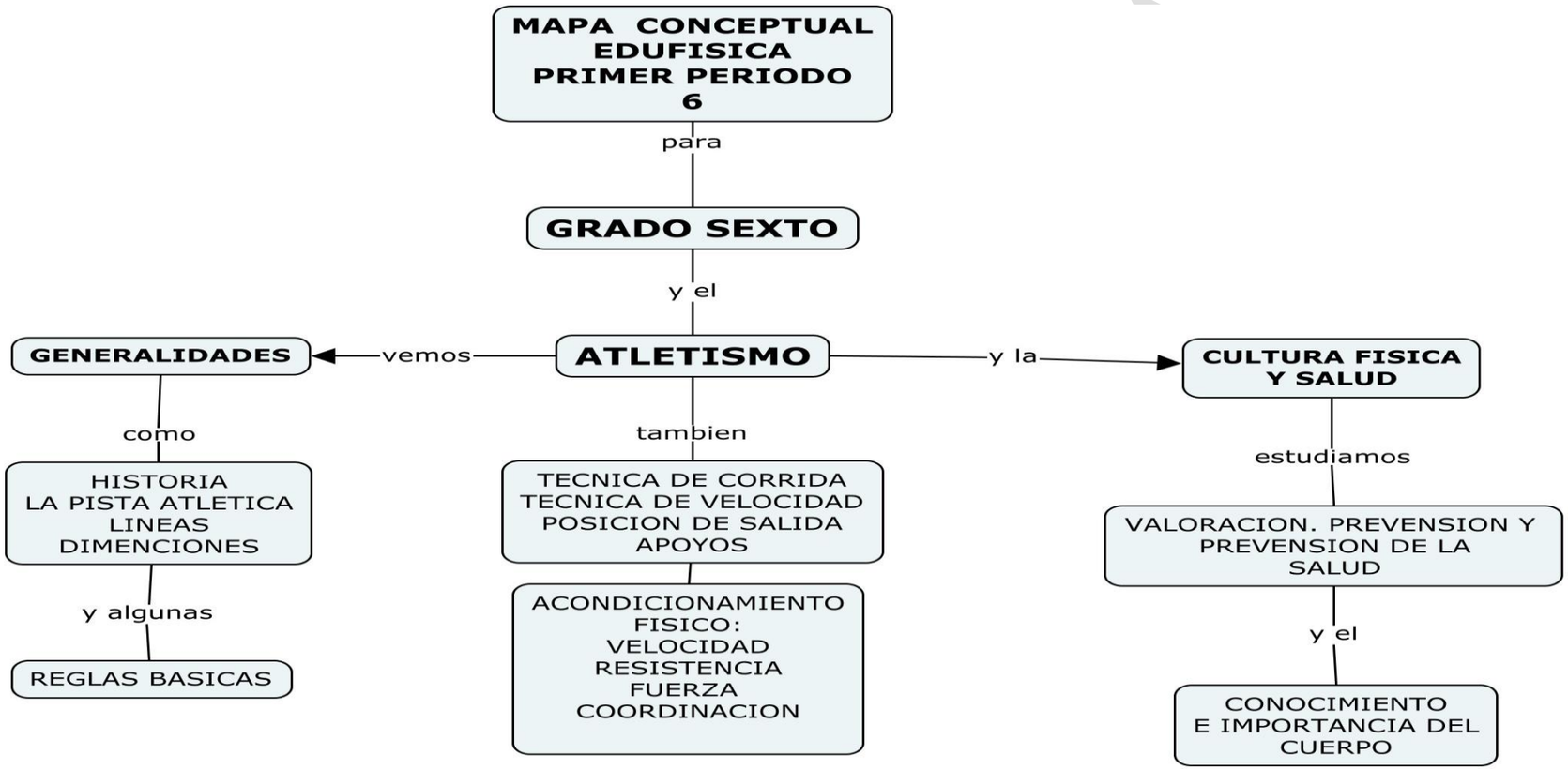
COPIA CONTROLADA

C U A D R O G E N E R A L - E J E S T E M A T I C O

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 6

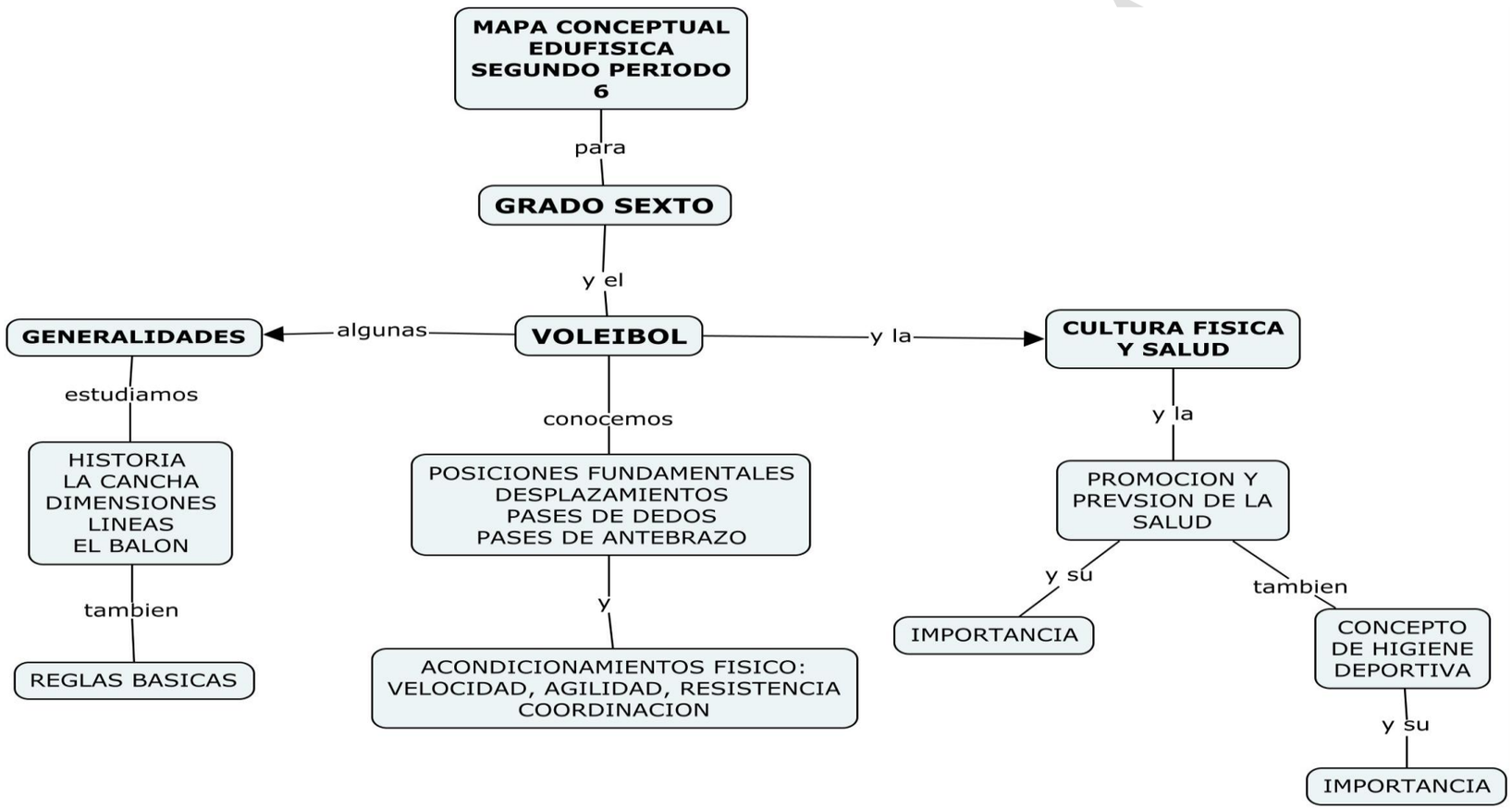
ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FUTBOL
Acondicionamiento físico: Fuerza-resistencia y velocidad Técnicas de: Corrida Velocidad Posición del cuerpo De las manos **CULTURA FISICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Fuerza-resistencia y velocidad Posiciones fundamentales: Alta-Media y Baja. Pase Voleo **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia-fuerza y velocidad. Fundamentos defensivos sin balón. posiciones básicas. desplazamientos **CULTURA FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Fuerza Superficie de contacto: Borde interno Borde externo Empeine. **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA PRIMER PERIODO 6
para
GRADO SEXTO
y el
GENERALIDADES
vemos
ATLETISMO
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
como
HISTORIA
LA PISTA ATLETICA
LINEAS
DIMENCIONES
y algunas
REGLAS BASICAS
tambien
TECNICA DE CORRIDA
TECNICA DE VELOCIDAD
POSICION DE SALIDA
APOYOS
ACONDICIONAMIENTO FISICO:
VELOCIDAD
RESISTENCIA
FUERZA
COORDINACION
estudiamos
VALORACION. PREVENSION Y PREVENSION DE LA SALUD
y el
CONOCIMIENTO E IMPORTANCIA DEL CUERPO

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 6º **PERIODO**: I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Atletismo como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	COMPETENCIAS ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Historia Formaciones en hileras y filas Carreras de velocidad (100, 200 y 400) Mts.	**Competencia Motriz:** Es capaz de realizar desplazamientos combinados **C. Expresiva Corporal:** Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal:** Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del Atletismo como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de las posiciones en el atletismo **Propositiva**: propongo ensayos para el aprendizaje y dominio de la técnica en el atletismo.	**Cognitivo:** Reconozco la historia y evolución del Atletismo como algunas reglas básicas **Personal:** Identifico algunos ejercicios aplicados al atletismo. **Social:** Comprendo la importancia del atletismo para el cumplimiento de mis metas.	En una práctica con un compañero aplico las posiciones de salida en el atletismo.

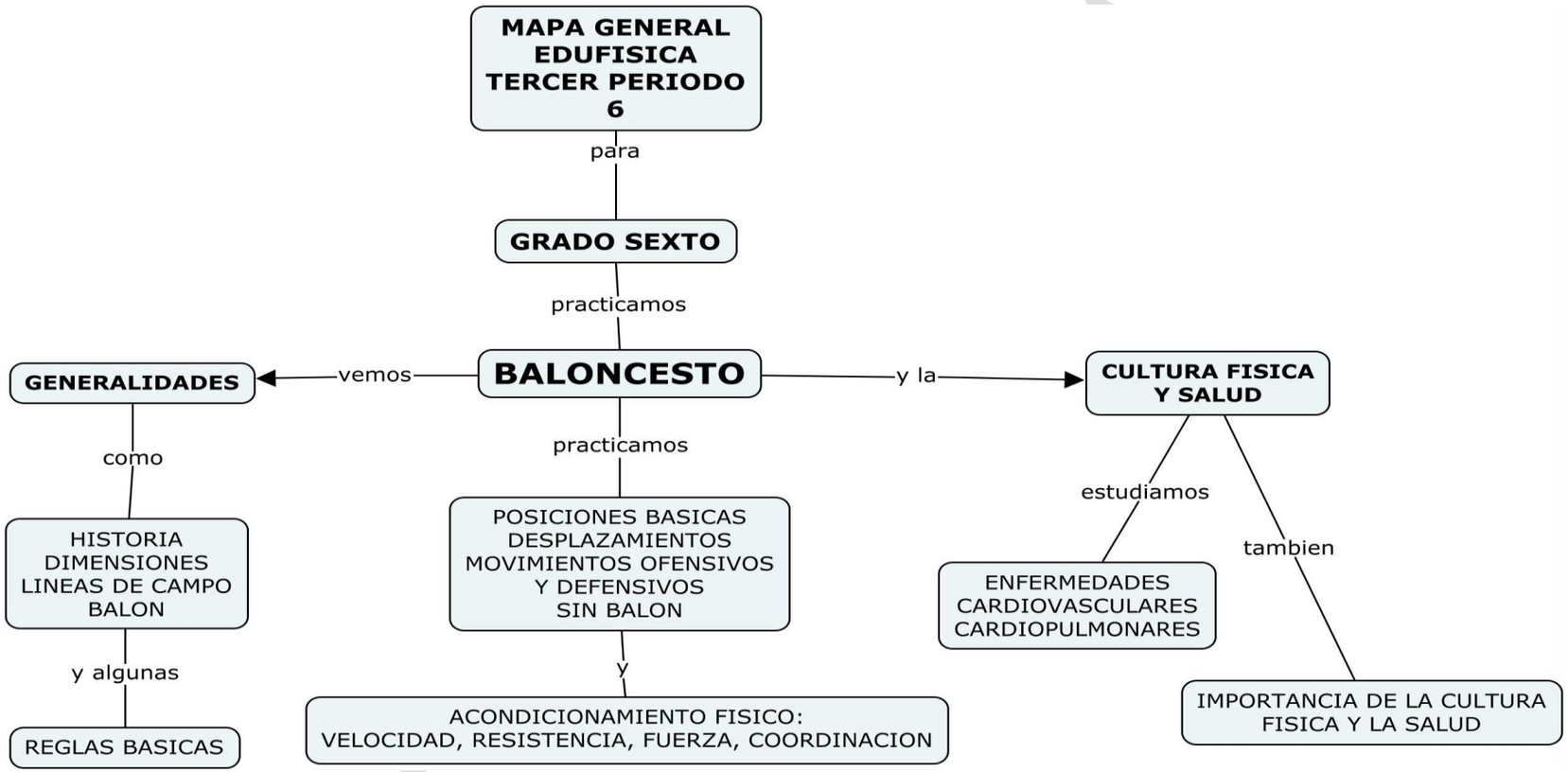
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 6
para
GRADO SEXTO
y el
VOLEIBOL
algunas
GENERALIDADES
estudiamos
HISTORIA
LA CANCHA
DIMENSIONES
LINEAS
EL BALON
tambien
REGLAS BASICAS
conocemos
POSICIONES FUNDAMENTALES
DESPLAZAMIENTOS
PASES DE DEDOS
PASES DE ANTEBRAZO
y
ACONDICIONAMIENTOS FISICO:
VELOCIDAD, AGILIDAD, RESISTENCIA
COORDINACION
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
y la
PROMOCION Y PREVSION DE LA SALUD
y su
IMPORTANCIA
tambien
CONCEPTO DE HIGIENE DEPORTIVA
y su
IMPORTANCIA

ASIGNATURA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 6º **PERIODO**: II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL Posiciones Básicas Desplazamientos Juegos Predeportivos Historia del Voleibol Reglas Básicas	**C. Motriz:** Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal:** Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal:** Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del voleibol como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica básica. **Propositiva:** Proponer ensayos y repeticiones para su aprendizaje y dominio	**Cognitivo:** Manifiesto interés en la Historia del atletismo y las reglas básicas **Personal:** Identifico las posiciones fundamentales del voleibol: Alta/ Media/ Baja. Pase Voleo **Social:** Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación y colaboración	En un partido aplico las técnicas aprendidas y algunas reglas básicas utilizadas durante su práctica.

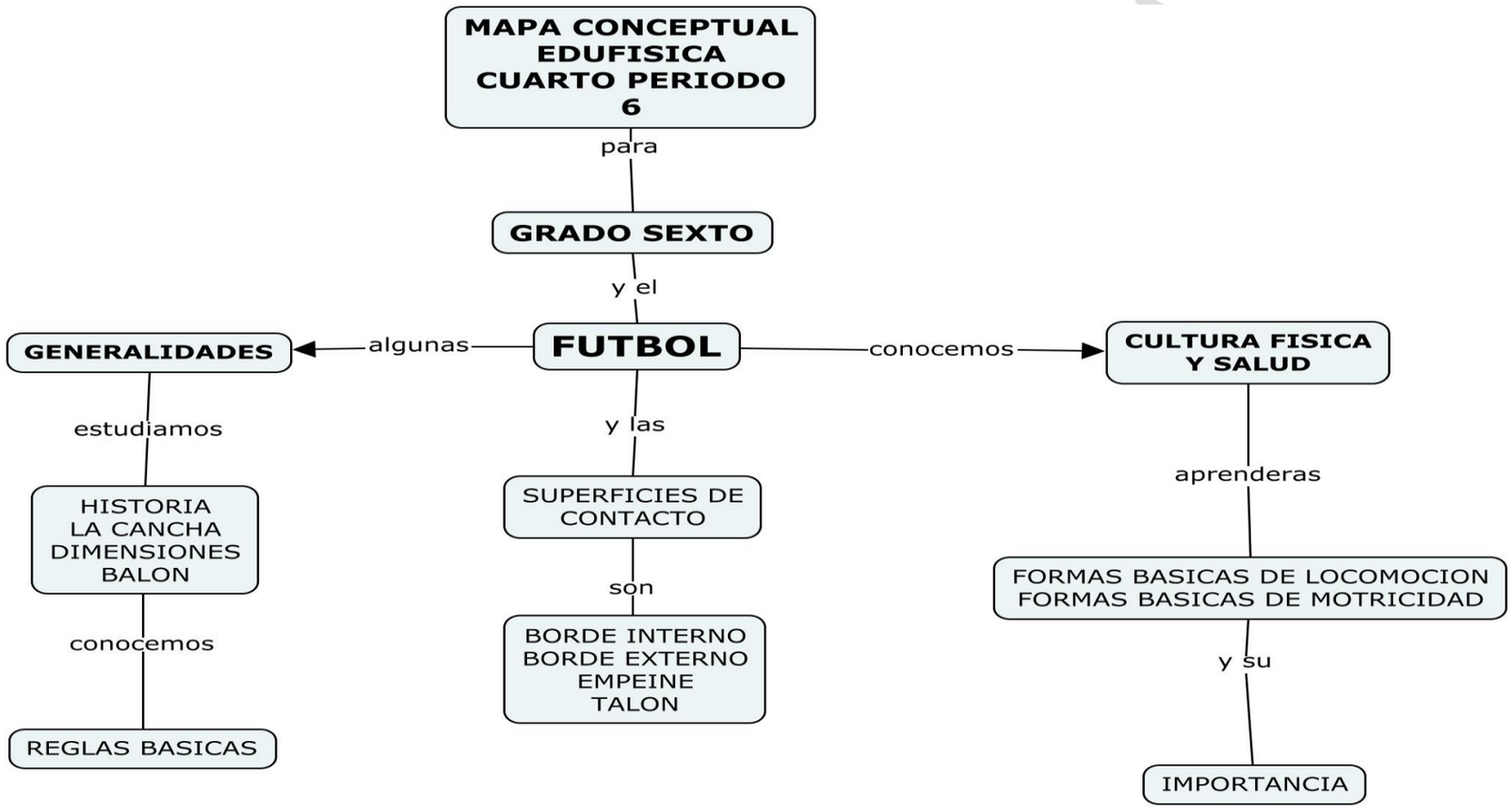
COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA TERCER PERIODO 6
para
GRADO SEXTO
practicamos
BALONCESTO
vemos
GENERALIDADES
como
HISTORIA
DIMENSIONES
LINEAS DE CAMPO
BALON
y algunas
REGLAS BASICAS
practicamos
POSICIONES BASICAS
DESPLAZAMIENTOS
MOVIMIENTOS OFENSIVOS
Y DEFENSIVOS
SIN BALON
y
ACONDICIONAMIENTO FISICO:
VELOCIDAD, RESISTENCIA, FUERZA, COORDINACION
y la
CULTURA FISICA
Y SALUD
estudiamos
ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES
CARDIOPULMONARES
tambien
IMPORTANCIA DE LA CULTURA
FISICA Y LA SALUD

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 6º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

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

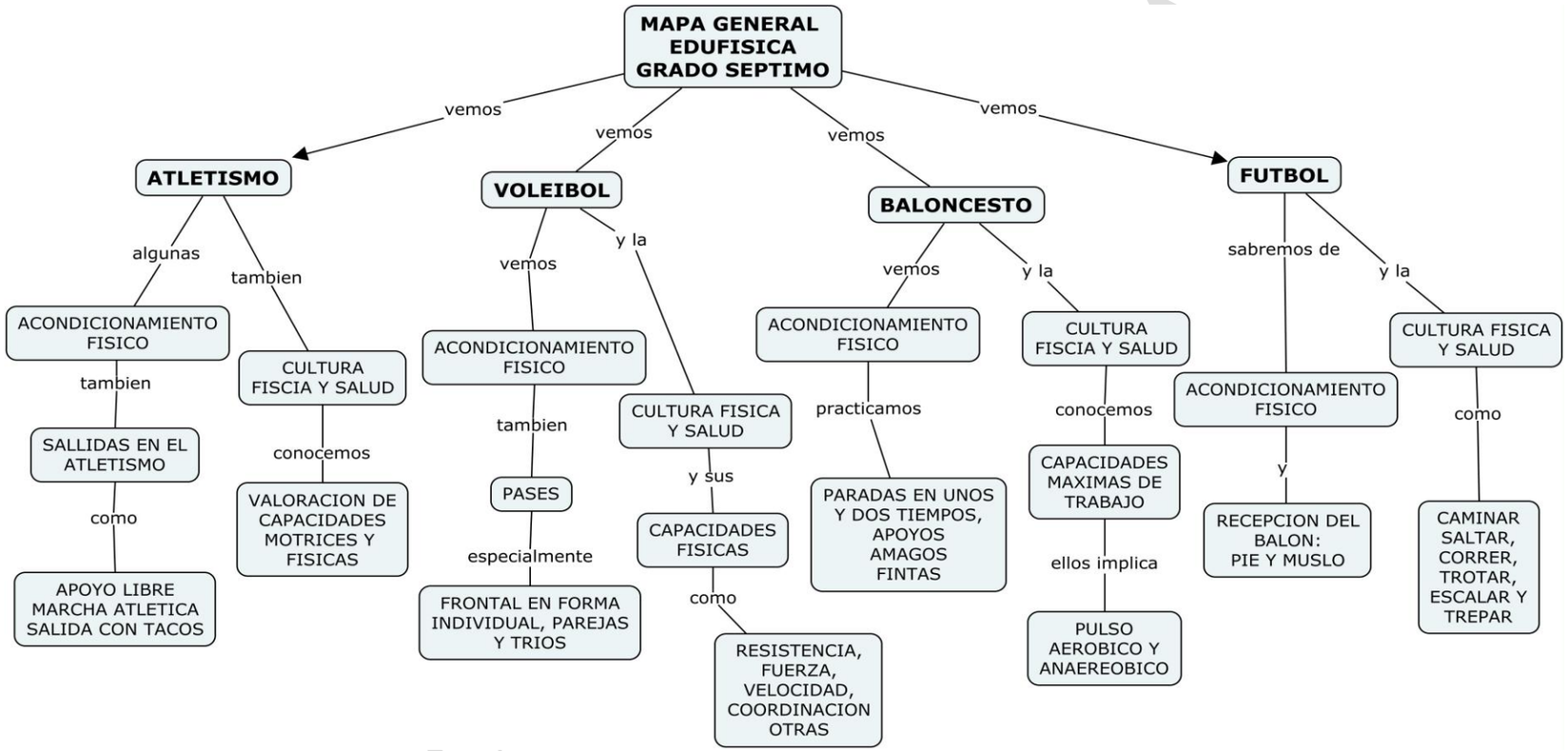
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA CUARTO PERIODO 6
para
GRADO SEXTO
y el
FUTBOL
algunas
GENERALIDADES
conocemos
CULTURA FISICA Y SALUD
estudiamos
HISTORIA
LA CANCHA
DIMENSIONES
BALON
conocemos
REGLAS BASICAS
y las
SUPERFICIES DE CONTACTO
son
BORDE INTERNO
BORDE EXTERNO
EMPEINE
TALON
aprenderas
FORMAS BASICAS DE LOCOMOCION
FORMAS BASICAS DE MOTRICIDAD
y su
IMPORTANCIA

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 6º **PERIODO: IV** **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FUTBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del futbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo incide la práctica del futbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del futbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

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

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA GRADO SEPTIMO
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
algunas
tambien
vemos
y la
vemos
y la
sabremos de
y la
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISCIA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISCIA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
tambien
conocemos
tambien
y sus
practicamos
conocemos
y
como
SALLIDAS EN EL ATLETISMO
VALORACION DE CAPACIDADES MOTRICES Y FISICAS
PASES
CAPACIDADES FISICAS
PARADAS EN UNOS Y DOS TIEMPOS, APOYOS AMAGOS FINTAS
CAPACIDADES MAXIMAS DE TRABAJO
RECEPCION DEL BALON: PIE Y MUSLO
CAMINAR SALTAR, CORRER, TROTAR, ESCALAR Y TREPAR
como
especialmente
como
ellos implica
APOYO LIBRE MARCHA ATLETICA SALIDA CON TACOS
FRONTAL EN FORMA INDIVIDUAL, PAREJAS Y TRIOS
RESISTENCIA, FUERZA, VELOCIDAD, COORDINACION OTRAS
PULSO AEROBICO Y ANAEREOBICO

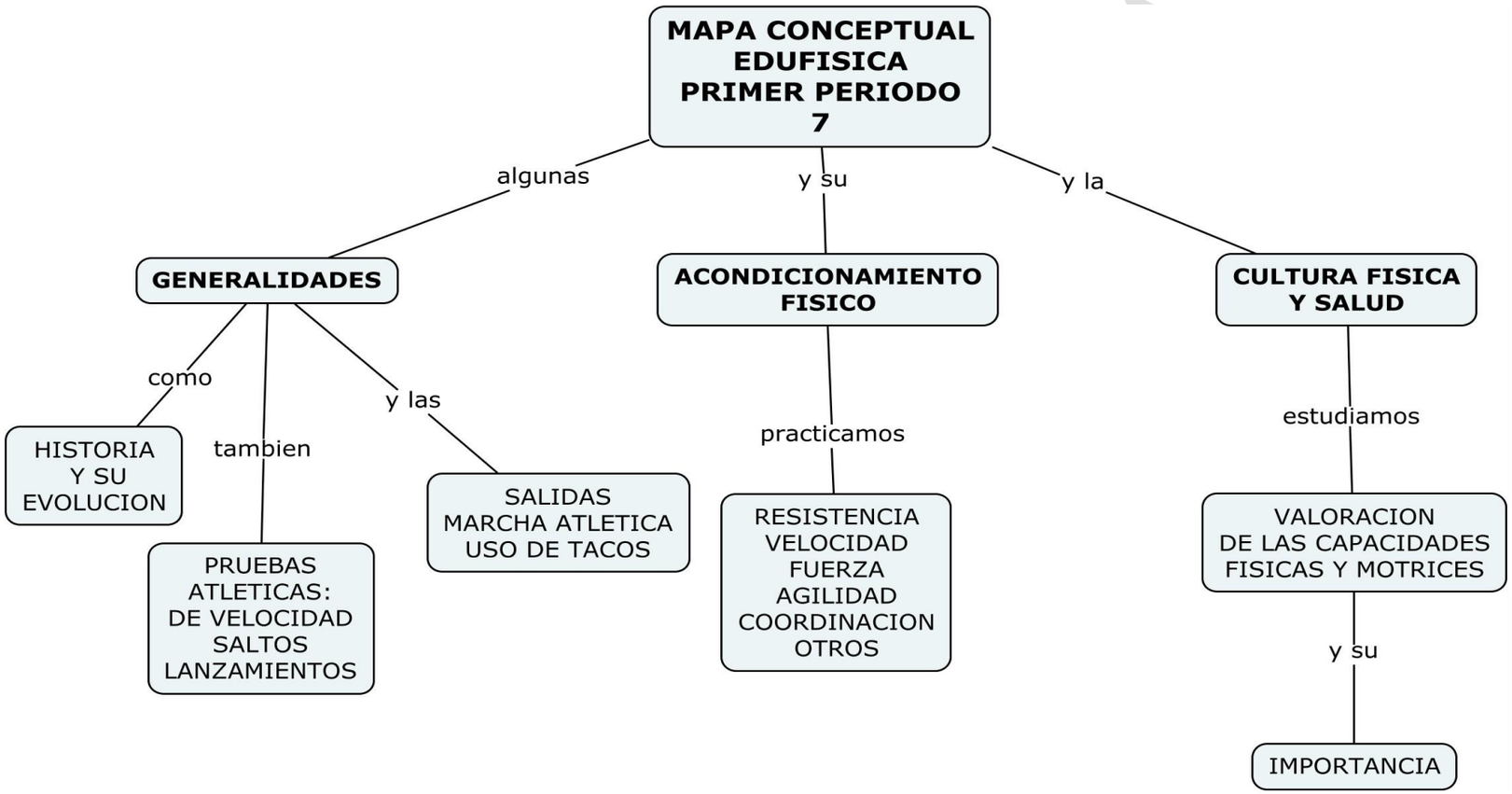
COPIA CONTROLADA

C U A D R O G E N E R A L - E J E S T E M A T I C O S

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 7º

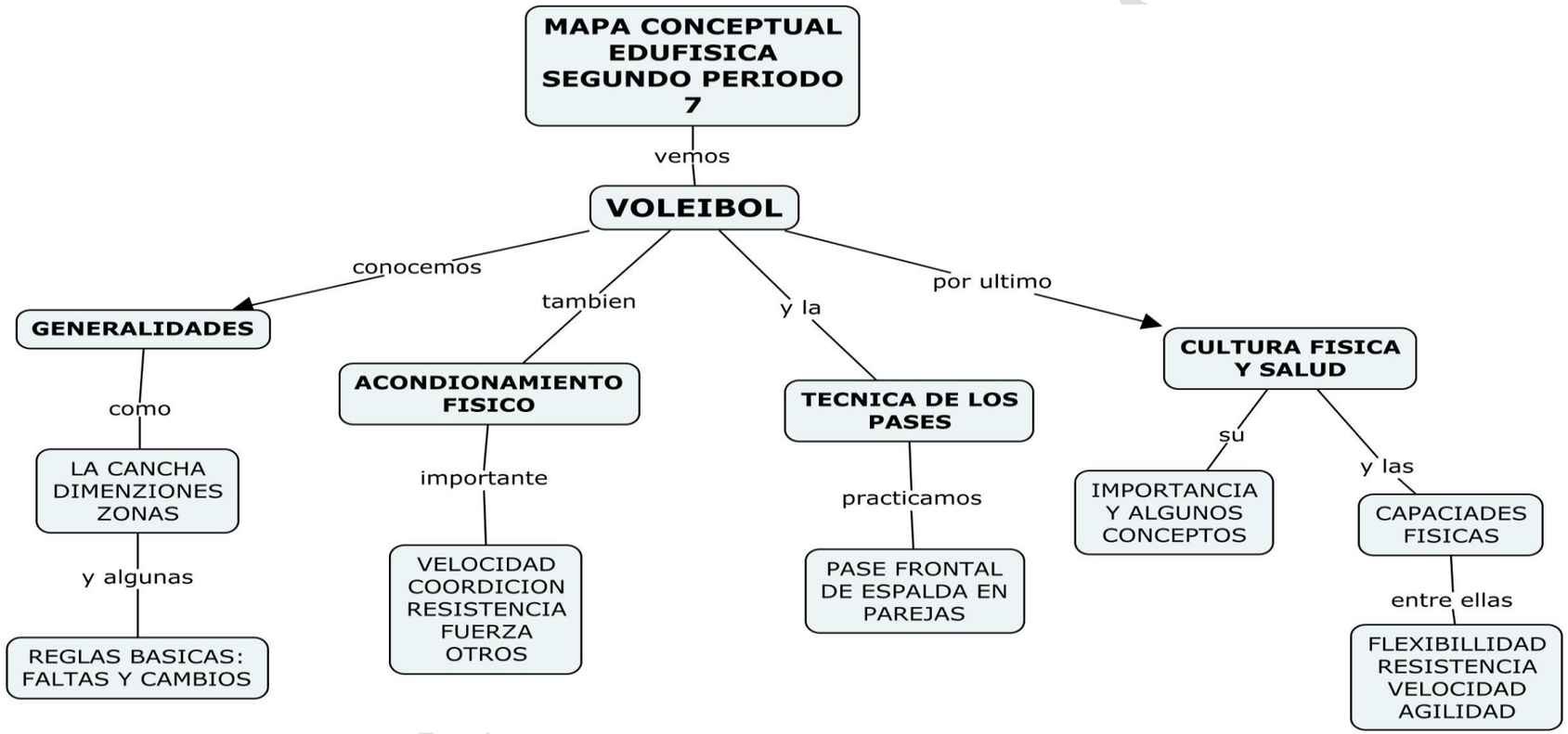
ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FUTBOL
Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza y Velocidad y Coordinación. Salida con apoyo. Salida libre. Marcha atlética. Posiciones de salidas Pruebas atléticas **CULTURA FISICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación Posiciones fundamentales: Alta Media Baja **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza y Velocidad y Coordinación. Paradas: Paradas en uno y dos tiempos. altos con uno y dos apoyos. Amagos o fintas **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza-Velocidad y Coordinación. Recepciones: Muslo Pecho. Pie **CULTURA FÍSICA Y SALUD**


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA PRIMER PERIODO 7
algunas
y su
y la
GENERALIDADES
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
como
tambien
y las
practicamos
estudiamos
HISTORIA Y SU EVOLUCION
PRUEBAS ATLETICAS: DE VELOCIDAD SALTOS LANZAMIENTOS
SALIDAS MARCHA ATLETICA USO DE TACOS
RESISTENCIA VELOCIDAD FUERZA AGILIDAD COORDINACION OTROS
VALORACION DE LAS CAPACIDADES FISICAS Y MOTRICES
y su
IMPORTANCIA

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 7º **PERIODO**: I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: ATLETISMO
COGNITIVA: ¿Cuál es la importancia del atletismo y el buen manejo del taco y la marcha atlética?
PERSONAL: Porque es muy útil el saber manejar el taco en la salida.
SOCIAL: Valoro los conocimientos técnicos en el manejo del taco para mejorar la rapidez en la salida.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Carreras de Relevos Carreras de Obstáculos.	**C. Motriz**: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal**: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. **Argumentativa**: Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica para marcha atlética, y manejo del taco. **Propositiva:** Proponer ensayos para su aprendizaje y dominio	**Cognitiva**: Reconoce la Historia y el Reglamento Básico en Atletismo **Social**: Practico ejercicios de habilidades fundamentales de acondicionamiento físico, resistencia, fuerza y velocidad **Personal**: Identifico mis capacidades cuando me esfuerzo en la actividad física	Participo de los Festivales de Atletismo y realiza bien la técnica de entrega del testimonio en la carrera de relevos.

COPIA CONTROLADA

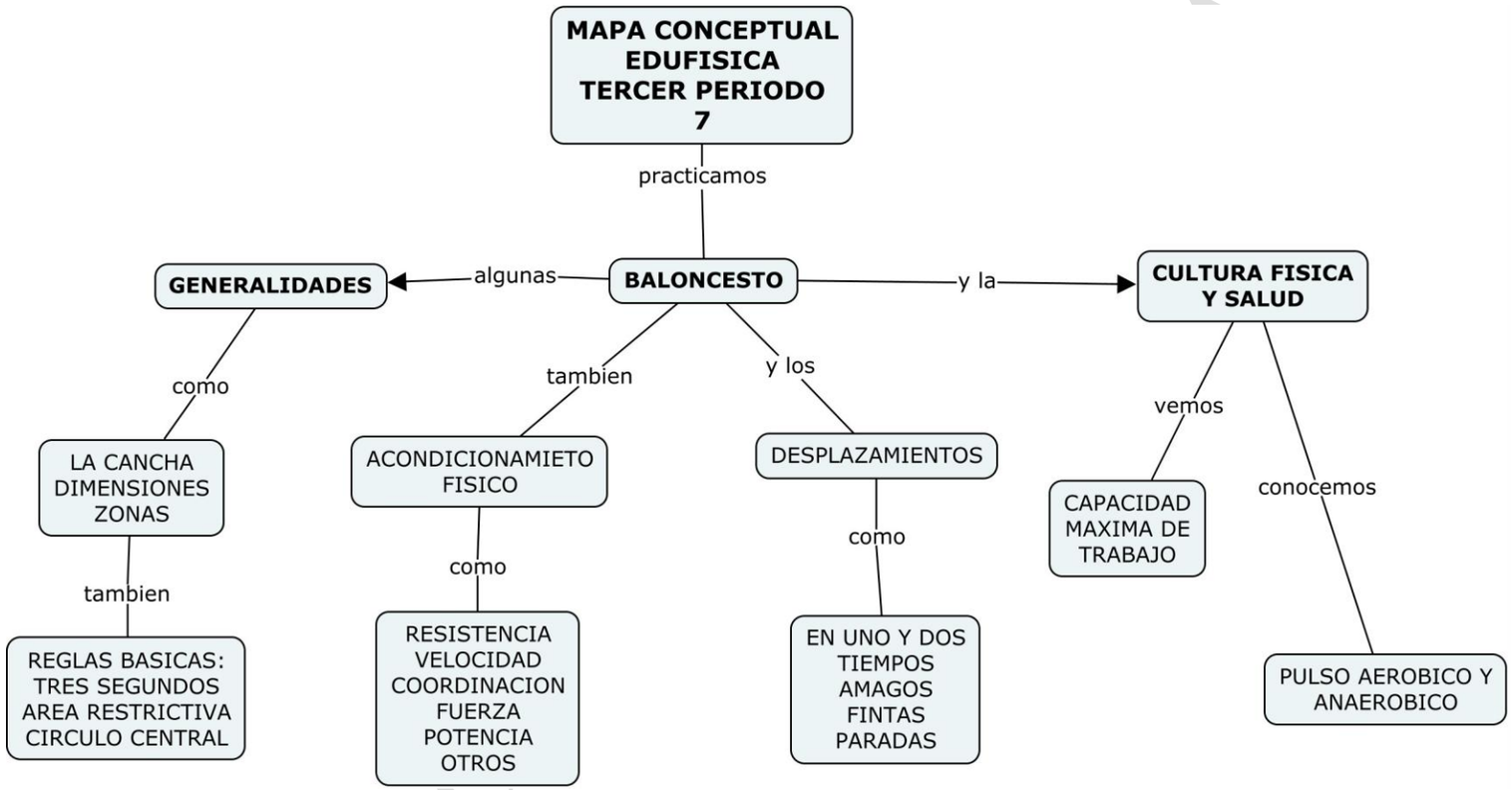

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 7
vemos
VOLEIBOL
conocemos
tambien
y la
por ultimo
GENERALIDADES
como
LA CANCHA DIMENZIONES ZONAS
y algunas
REGLAS BASICAS: FALTAS Y CAMBIOS
ACONDIONAMIENTO FISICO
importante
VELOCIDAD COORDICION RESISTENCIA FUERZA OTROS
TECNICA DE LOS PASES
practicamos
PASE FRONTAL DE ESPALDA EN PAREJAS
CULTURA FISICA Y SALUD
su
IMPORTANCIA Y ALGUNOS CONCEPTOS
y las
CAPACIADES FISICAS
entre ellas
FLEXIBILLIDAD RESISTENCIA VELOCIDAD AGILIDAD

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO:** 7º **PERIODO**: II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL saques Bajo, Alto, brasilero Sacar de la zona Recepción del servicio Pases en círculo Pas Antebrazo Colocación Postas con pelota Pases del balón por grupos	**Competencia Motriz**: Combino las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal:** Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del voleibol como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica básica. **Propositiva:** Proponer ensayos y repeticiones para su aprendizaje y dominio	**Cognitivo**: Valora la práctica deportiva como medio para el esparcimiento y la salud. **Personal:** Identifico los diferentes pases del voleibol: Pase frontal, Individual Parejas Tríos **Social:** Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación.	En un partido aplico las técnicas del saque y algunas reglas aplicados al deporte del voleibol.

COPIA CONTROLADA

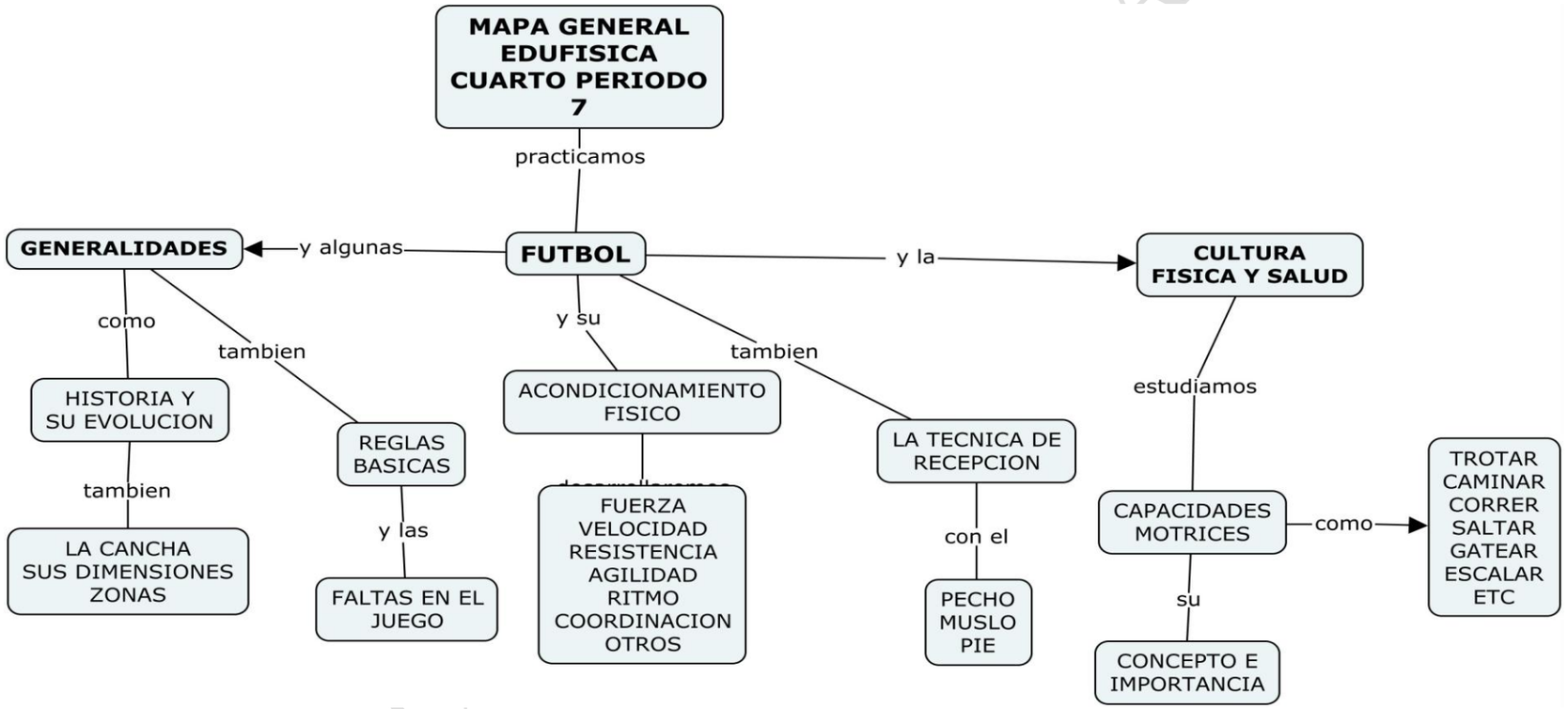
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA TERCER PERIODO 7
practicamos
BALONCESTO
algunas
GENERALIDADES
como
LA CANCHA DIMENSIONES ZONAS
tambien
REGLAS BASICAS: TRES SEGUNDOS AREA RESTRICTIVA CIRCULO CENTRAL
tambien
ACONDICIONAMIETO FISICO
como
RESISTENCIA VELOCIDAD COORDINACION FUERZA POTENCIA OTROS
y los
DESPLAZAMIENTOS
como
EN UNO Y DOS TIEMPOS AMAGOS FINTAS PARADAS
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
vemos
CAPACIDAD MAXIMA DE TRABAJO
conocemos
PULSO AEROBICO Y ANAEROBICO

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 7º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

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

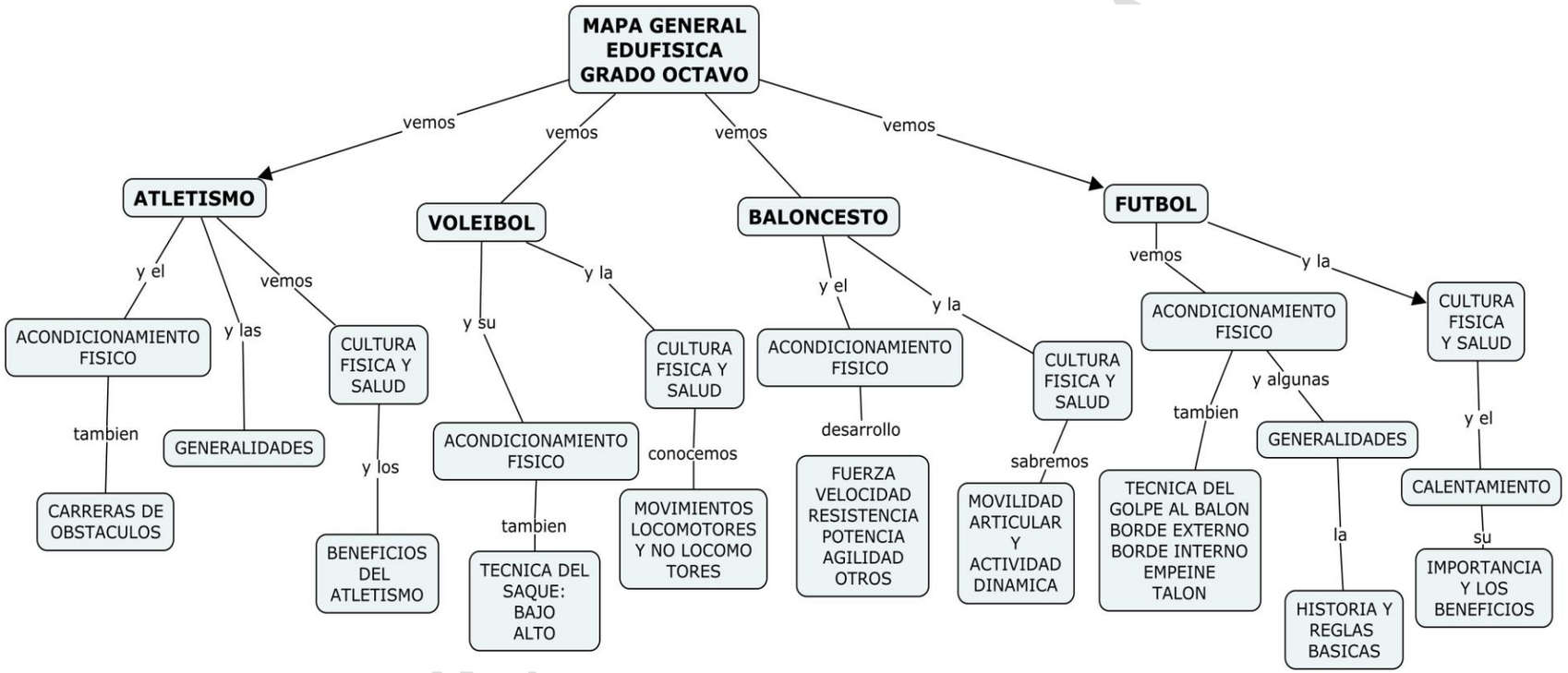
COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA CUARTO PERIODO 7
practicamos
GENERALIDADES
y algunas
FUTBOL
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
como
tambien
y su
tambien
estudiamos
HISTORIA Y SU EVOLUCION
REGLAS BASICAS
ACONDICIONAMIENTO FISICO
LA TECNICA DE RECEPCION
CAPACIDADES MOTRICES
como
TROTAR CAMINAR CORRER SALTAR GATEAR ESCALAR ETC
tambien
y las
con el
su
LA CANCHA SUS DIMENSIONES ZONAS
FALTAS EN EL JUEGO
FUERZA VELOCIDAD RESISTENCIA AGILIDAD RITMO COORDINACION OTROS
PECHO MUSLO PIE
CONCEPTO E IMPORTANCIA

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO** 7º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 SEMANAS
EJE GENERADOR: **FUTBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

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

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA GRADO OCTAVO
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
y el
vemos
y las
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
GENERALIDADES
tambien
y los
CARRERAS DE OBSTACULOS
BENEFICIOS DEL ATLETISMO
y su
y la
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
tambien
conocemos
TECNICA DEL SAQUE: BAJO ALTO
MOVIMIENTOS LOCOMOTORES Y NO LOCOMO TORES
y el
y la
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
desarrollo
sabremos
FUERZA VELOCIDAD RESISTENCIA POTENCIA AGILIDAD OTROS
MOVILIDAD ARTICULAR Y ACTIVIDAD DINAMICA
vemos
y la
ACONDICIONAMIENTO FISICO
CULTURA FISICA Y SALUD
tambien
y algunas
TECNICA DEL GOLPE AL BALON BORDE EXTERNO BORDE INTERNO EMPEINE TALON
GENERALIDADES
la
HISTORIA Y REGLAS BASICAS
y el
CALENTAMIENTO
su
IMPORTANCIA Y LOS BENEFICIOS

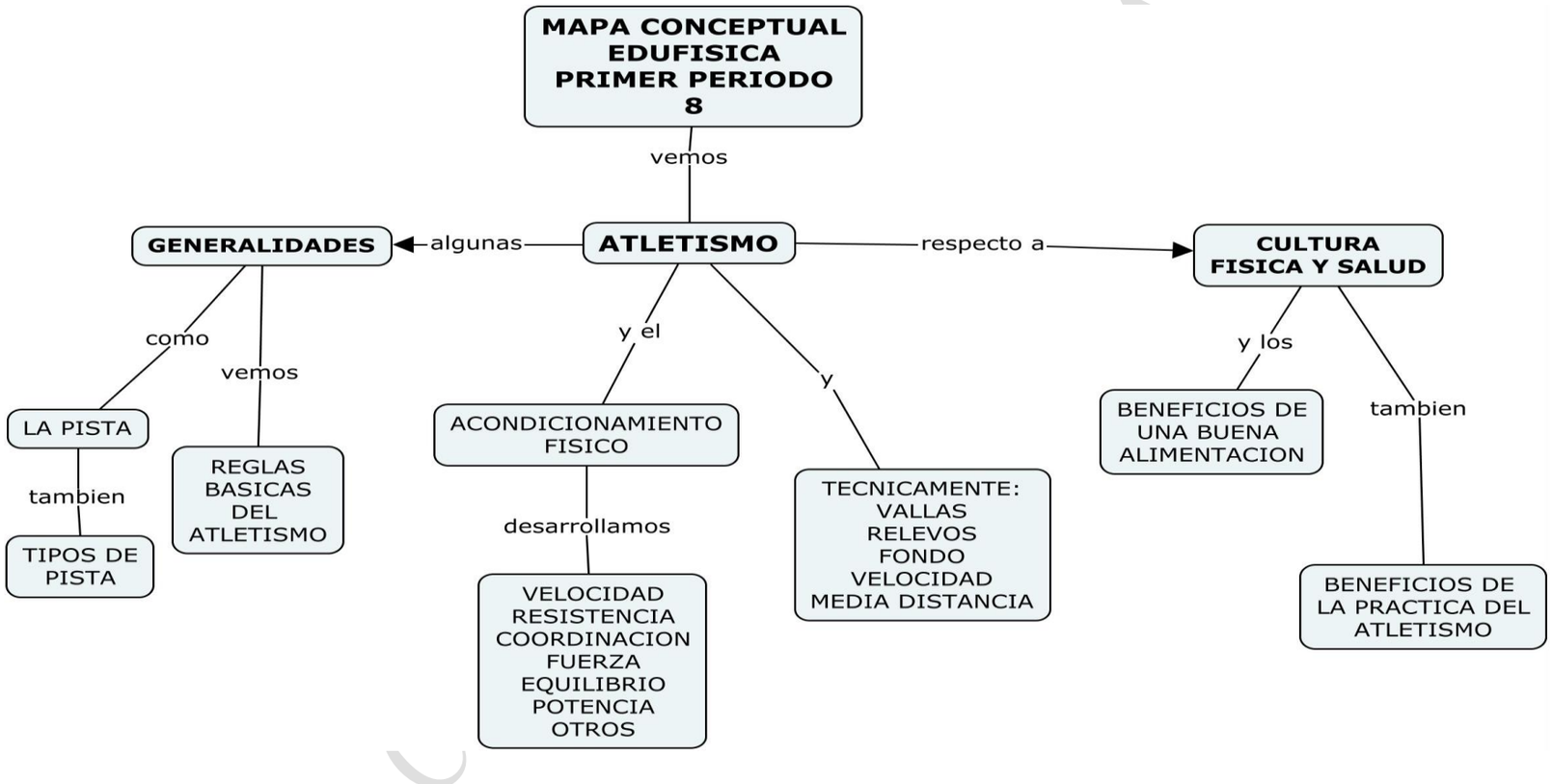
COPIA CONTROLADA

C U A D R O G E N E R A L - E J E S T E M A T I C O S

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 8º

ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FÚTBOL
Atletismo: Paso Vallas Pista Atlética y sus tipos La marcha atlética Reglas básicas del atletismo **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación. El servicio: Saque bajo Saque tenis **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación. Fundamentos El Drible. Recepciones. Pases. **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación. Conducción Del balón. Borde Interno. Borde Externo **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA PRIMER PERIODO 8
vemos
ATLETISMO
algunas
GENERALIDADES
respecto a
CULTURA FISICA Y SALUD
como
vemos
y el
y
y los
tambien
LA PISTA
REGLAS BASICAS DEL ATLETISMO
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICAMENTE: VALLAS RELEVOS FONDO VELOCIDAD MEDIA DISTANCIA
BENEFICIOS DE UNA BUENA ALIMENTACION
tambien
TIPOS DE PISTA
desarrollamos
VELOCIDAD RESISTENCIA COORDINACION FUERZA EQUILIBRIO POTENCIA OTROS
BENEFICIOS DE LA PRACTICA DEL ATLETISMO

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO: 8º** **PERIODO: I** **TIEMPO: 10 semanas**

EJE GENERADOR: **ATLETISMO**

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

PERSONAL: Como influye el Atletismo en mi desarrollo corporal

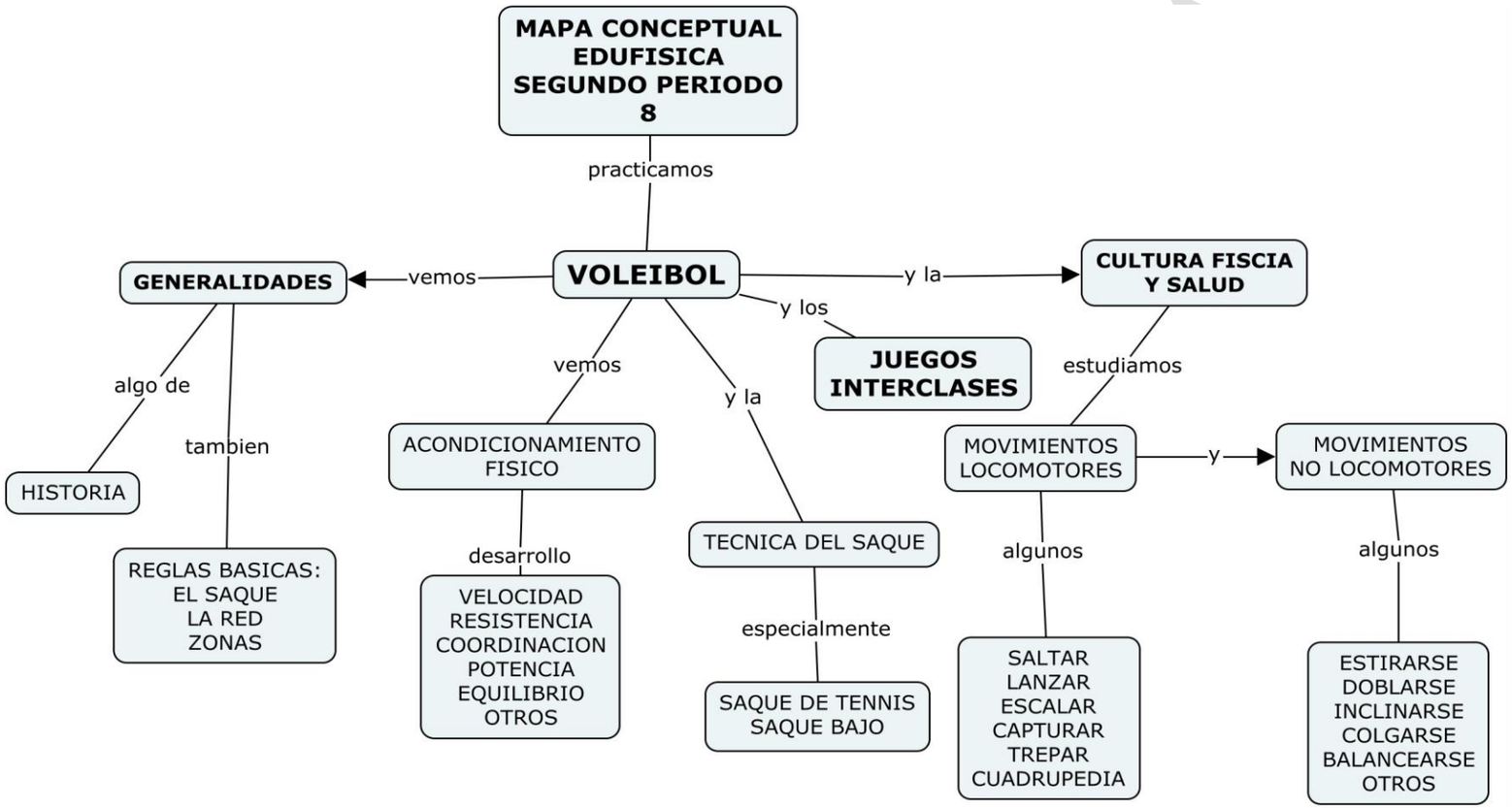
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica de los Ejercicios del Atletismo como Beneficio para la salud y el desarrollo corporal.

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Las Carreras de: Medio fondo Fondo Gran Fondo	**C. Motriz:** Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y estrategias para la realización del paso en la valla. **Propositivas:** Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Identifico gestos técnicos utilizados en el Atletismo **Personal:** Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. **Social**: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Explico teóricamente las técnicas usadas en las diferentes carreras de fondo, semifondo y gran fondo y el reglamento aplicado a cada una de ellas.

COPIA CONTROLADA

Comentado [P1]:

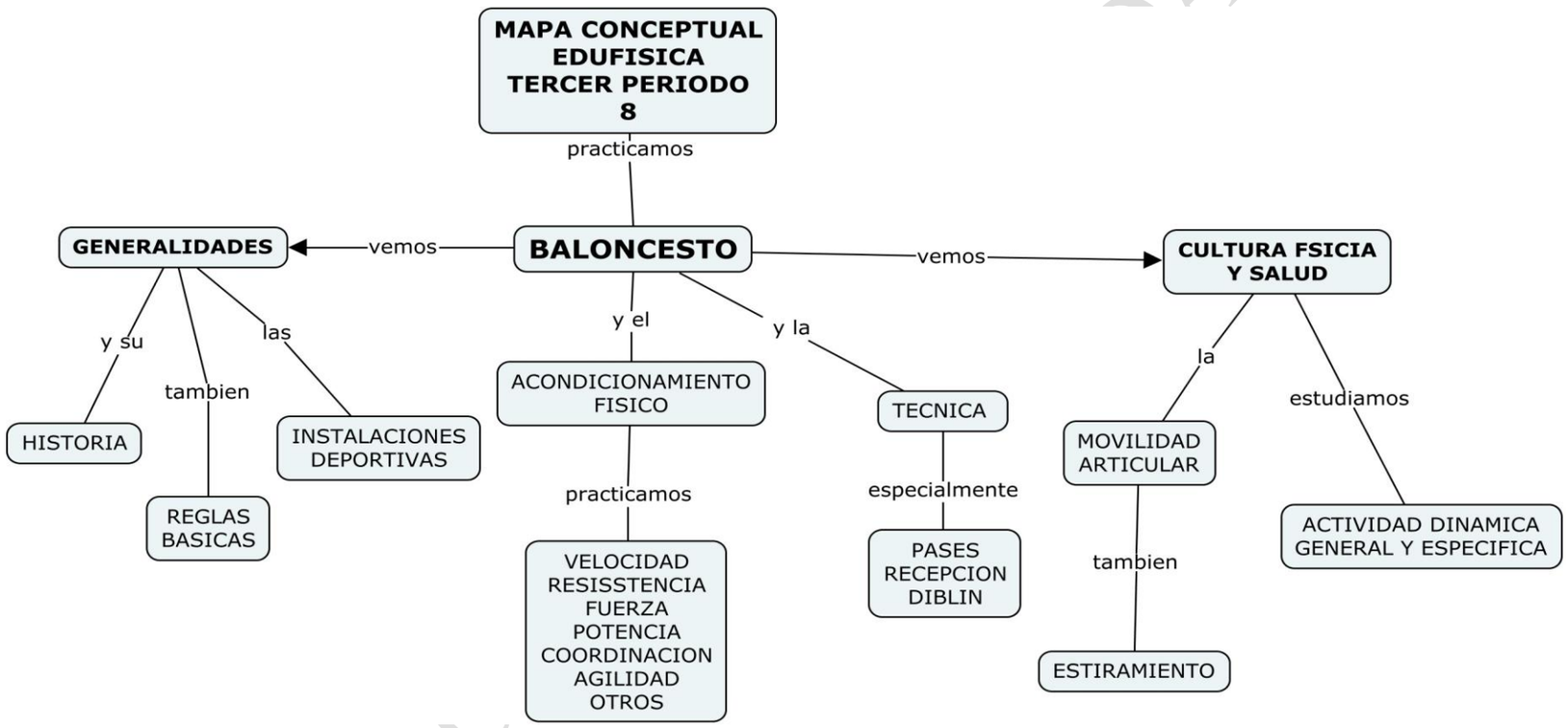
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 8
practicamos
VOLEIBOL
vemos
GENERALIDADES
algo de
HISTORIA
tambien
REGLAS BASICAS:
EL SAQUE
LA RED
ZONAS
vemos
ACONDICIONAMIENTO FISICO
desarrollo
VELOCIDAD
RESISTENCIA
COORDINACION
POTENCIA
EQUILIBRIO
OTROS
y la
TECNICA DEL SAQUE
especialmente
SAQUE DE TENNIS
SAQUE BAJO
y los
JUEGOS INTERCLASES
y la
CULTURA FISCIA Y SALUD
estudiamos
MOVIMIENTOS LOCOMOTORES
y
MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES
algunos
SALTAR
LANZAR
ESCALAR
CAPTURAR
TREPAR
CUADRUPEDIA
algunos
ESTIRARSE
DOBLARSE
INCLINARSE
COLGARSE
BALANCEARSE
OTROS

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 8º **PERIODO**: II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS (voleibol) Saques (Bajo, Alto) Recepción del servicio Pases en círculo Pasar con antebrazo Pase de dedos	**C Motriz:** Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución del saque y pases. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa**: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del servicio. **Propositivas**: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	**Cognitivo**: Describo algunas Reglas básicas del voleibol. **Personal:** Realizo actividades en tiempos y espacios diversos, utilizando patrones básicos de movimiento como caminar, correr, saltar, lanzar en diferentes direcciones y niveles. **Social:** Atiendo las orientaciones del docente sobre mi tiempo para jugar y realizar la actividad física.	En desarrollo del juego ejecuto el servicio bajo o de tenis.

COPIA CONTROLADA

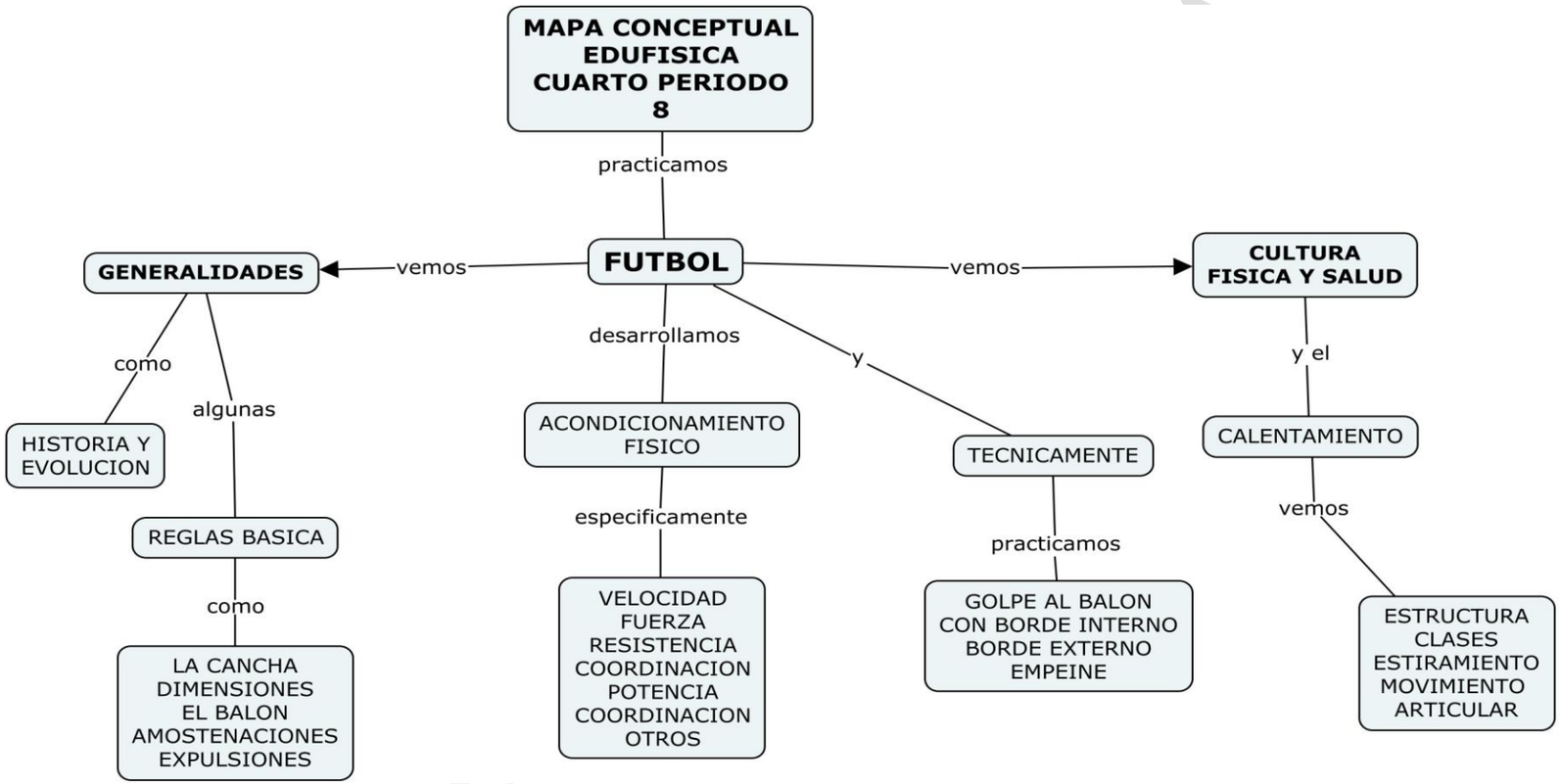

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA TERCER PERIODO 8
practicamos
BALONCESTO
vemos
GENERALIDADES
vemos
CULTURA FSICIA Y SALUD
y su
tambien
las
HISTORIA
REGLAS BASICAS
INSTALACIONES DEPORTIVAS
y el
y la
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA
practicamos
especialmente
VELOCIDAD
RESISSTENCIA
FUERZA
POTENCIA
COORDINACION
AGILIDAD
OTROS
PASES RECEPCION DIBLIN
la
estudiamos
MOVILIDAD ARTICULAR
ACTIVIDAD DINAMICA GENERAL Y ESPECIFICA
tambien
ESTIRAMIENTO

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE** **GRADO**: 8º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: BALONCESTO
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS EN EL BALONCESTO COMO DEPORTE FORMATIVO Marcaje y desmarcase de un oponente o varios. Pase y corte Parada finta. Pantalla. **JUEGOS INTERCLASES** Baloncesto, Futbol 9, Microfutbol, Voleibol, Quemado, Ajedrez, Tenis de mesa.	**Competencia Motriz:** Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para aprendizaje del driblin y el pase. **Propositivas:** Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	**Cognitivo**: Reconozco algunos Elementos técnicos y tácticos del baloncesto. **Personal:** Consolido las destrezas del movimiento (saltos, giros, manipulaciones, desplazamientos, y control del equilibrio) **Social:** Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase.	Mediante la práctica del baloncesto realizo el driblin, pases y recepciones técnicamente.

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA

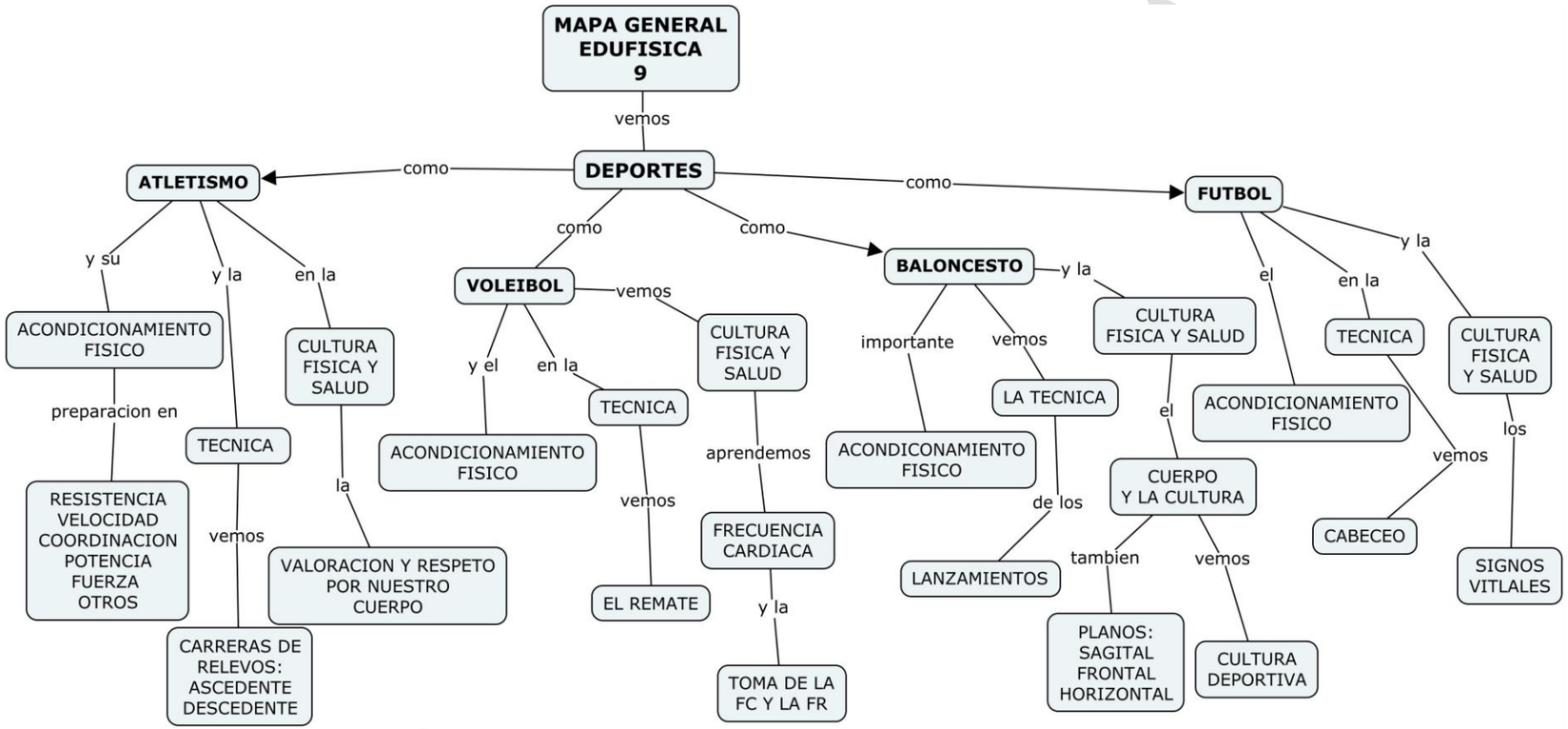

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA CUARTO PERIODO 8
practicamos
FUTBOL
vemos
GENERALIDADES
como
algunas
HISTORIA Y EVOLUCION
REGLAS BASICA
como
LA CANCHA
DIMENSIONES
EL BALON
AMOSTENACIONES
EXPULSIONES
desarrollamos
ACONDICIONAMIENTO FISICO
especificamente
VELOCIDAD
FUERZA
RESISTENCIA
COORDINACION
POTENCIA
COORDINACION
OTROS
y
TECNICAMENTE
practicamos
GOLPE AL BALON
CON BORDE INTERNO
BORDE EXTERNO
EMPEINE
vemos
CULTURA FISICA Y SALUD
y el
CALENTAMIENTO
vemos
ESTRUCTURA
CLASES
ESTIRAMIENTO
MOVIMIENTO
ARTICULAR

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO** 8º **PERIODO:** IV **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: **FÚTBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA 9
vemos
DEPORTES
como
ATLETISMO
como
VOLEIBOL
como
BALONCESTO
como
FUTBOL
y su
ACONDICIONAMIENTO FISICO
preparacion en
RESISTENCIA VELOCIDAD COORDINACION POTENCIA FUERZA OTROS
y la
TECNICA
vemos
CARRERAS DE RELEVOS: ASCEDENTE DESCEDENTE
en la
CULTURA FISICA Y SALUD
la
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
y el
ACONDICIONAMIENTO FISICO
en la
TECNICA
vemos
EL REMATE
vemos
CULTURA FISICA Y SALUD
aprendemos
FRECUENCIA CARDIACA
y la
TOMA DE LA FC Y LA FR
importante
ACONDICONAMIENTO FISICO
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
vemos
LA TECNICA
de los
LANZAMIENTOS
el
CUERPO Y LA CULTURA
tambien
PLANOS: SAGITAL FRONTAL HORIZONTAL
vemos
CULTURA DEPORTIVA
el
ACONDICIONAMIENTO FISICO
en la
TECNICA
vemos
CABECEO
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
los
SIGNOS VITLALES

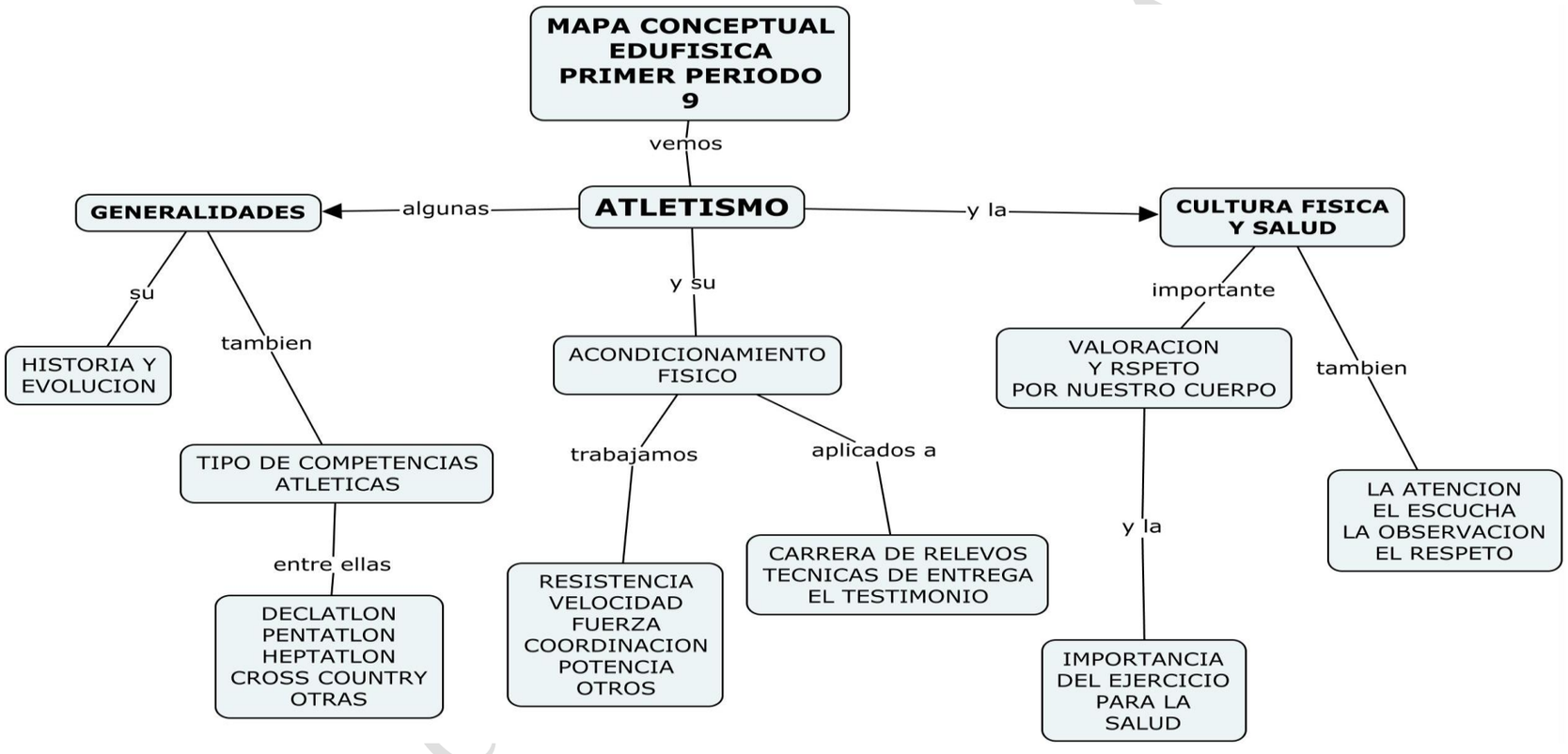
COPIA CONTROLADA

CUADRO GENERAL - EJES TEMATICOS

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 9º

ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FÚTBOL
Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación ATLETISMO RELEVOS. Técnicas Entrega: Ascendente y Descendente. CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación EL REMATE: • omponentes • ola Alta • ola Media CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación LANZAMIENTOS. • istancias cortas. • istancias medias. CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia-Fuerza-Velocidad y Coordinación CABECEO: • stático • ovimiento • ostenido. CULTURA, FÍSICA Y SALUD


MAPA CONCEPTUAL
EDUFISICA
PRIMER PERIODO
9
vemos
ATLETISMO
algunas
GENERALIDADES
y la
CULTURA FISICA
Y SALUD
y su
ACONDICIONAMIENTO
FISICO
su
HISTORIA Y
EVOLUCION
tambien
TIPO DE COMPETENCIAS
ATLETICAS
entre ellas
DECLATLON
PENTATLON
HEPTATLON
CROSS COUNTRY
OTRAS
trabajamos
RESISTENCIA
VELOCIDAD
FUERZA
COORDINACION
POTENCIA
OTROS
aplicados a
CARRERA DE RELEVOS
TECNICAS DE ENTREGA
EL TESTIMONIO
importante
VALORACION
Y RSPETO
POR NUESTRO CUERPO
y la
IMPORTANCIA
DEL EJERCICIO
PARA LA
SALUD
tambien
LA ATENCION
EL ESCUCHA
LA OBSERVACION
EL RESPETO

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

EJE GENERADOR: ATLETISMO

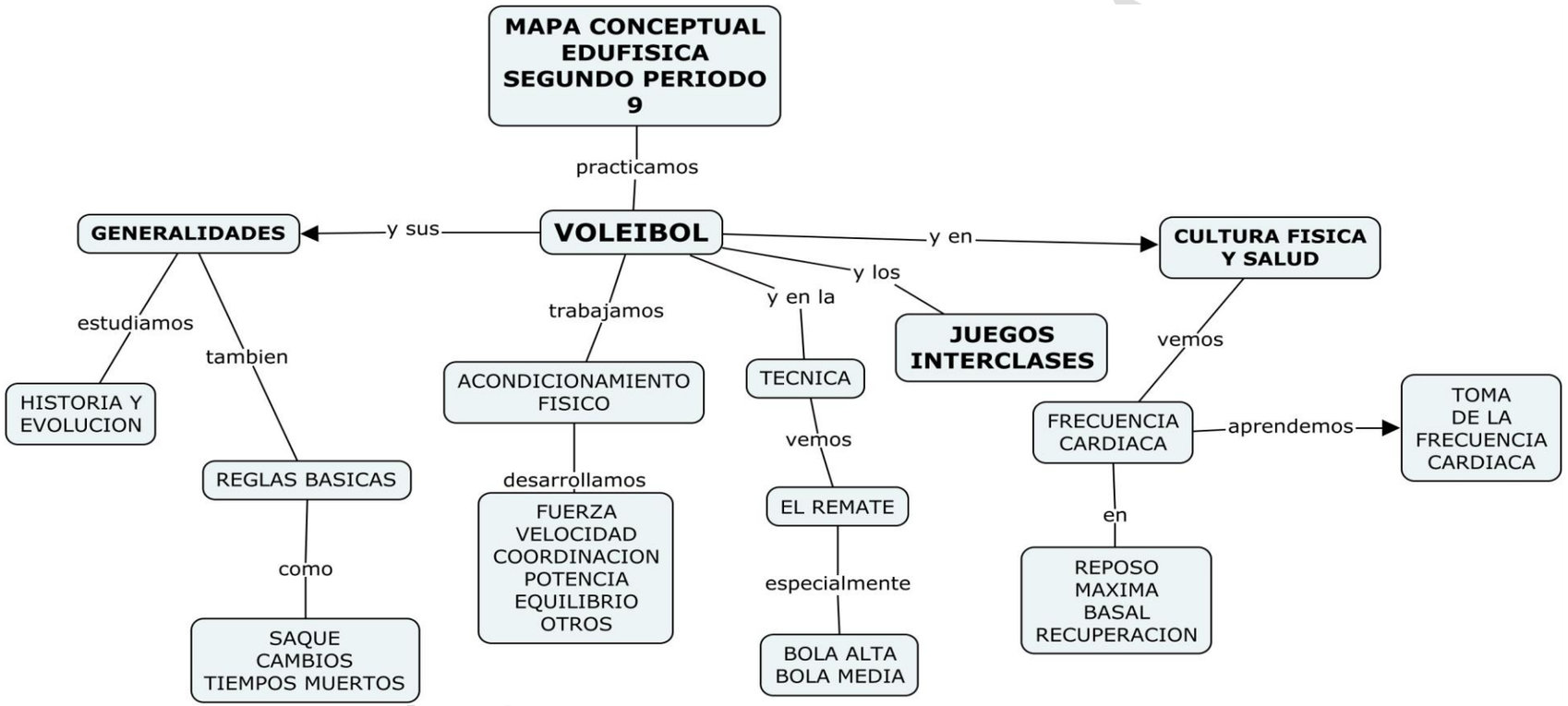
COGNITIVA: Como inciden los Ejercicios de atletismo para mi salud y bienestar.

PERSONAL: Como influye el atletismo en mi desarrollo corporal

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

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Las cualidades físicas condicionantes Los Saltos	**C. Motriz**: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa**: Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y estrategias para la realización de carreras con obstáculos **Propositivas:** Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Reconozco la importancia de las cualidades físicas para la práctica del atletismo. **Personal:** Identifico pruebas que me indiquen el estado de mis capacidades físicas y registro los resultados. **social**: Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Mediante una práctica de atletismo, demuestra equilibrio y agilidad en la realización de los diferentes saltos

COPIA CONTROLADA

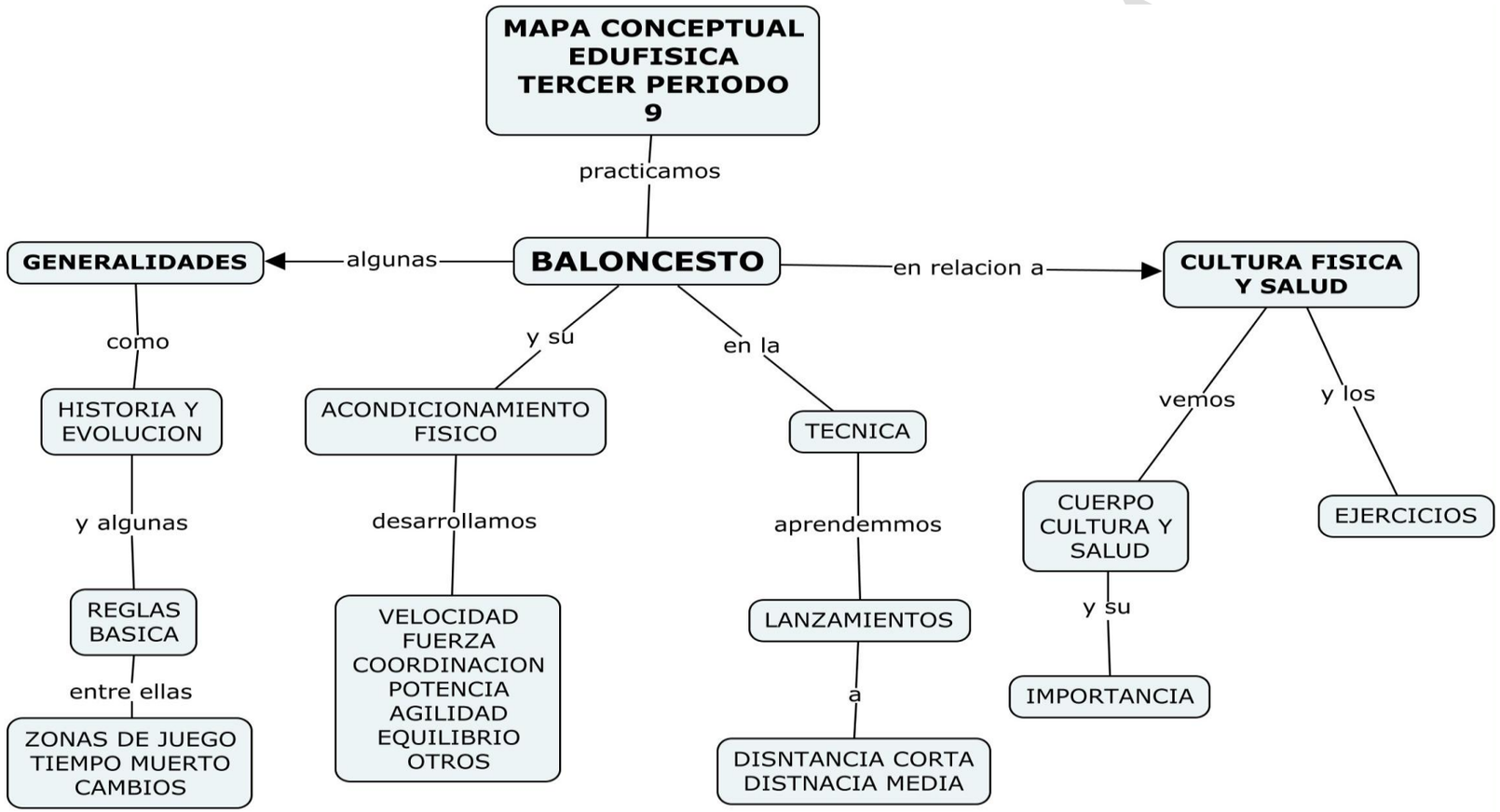

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 9
practicamos
VOLEIBOL
y sus
GENERALIDADES
estudiamos
HISTORIA Y EVOLUCION
tambien
REGLAS BASICAS
como
SAQUE
CAMBIOS
TIEMPOS MUERTOS
trabajamos
ACONDICIONAMIENTO FISICO
desarrollamos
FUERZA
VELOCIDAD
COORDINACION
POTENCIA
EQUILIBRIO
OTROS
y en la
TECNICA
vemos
EL REMATE
especialmente
BOLA ALTA
BOLA MEDIA
y los
JUEGOS INTERCLASES
y en
CULTURA FISICA Y SALUD
vemos
FRECUENCIA CARDIACA
aprendemos
TOMA DE LA FRECUENCIA CARDIACA
en
REPOSO
MAXIMA
BASAL
RECUPERACION

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 9º **PERIODO**: II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

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

COPIA CONTROLADA

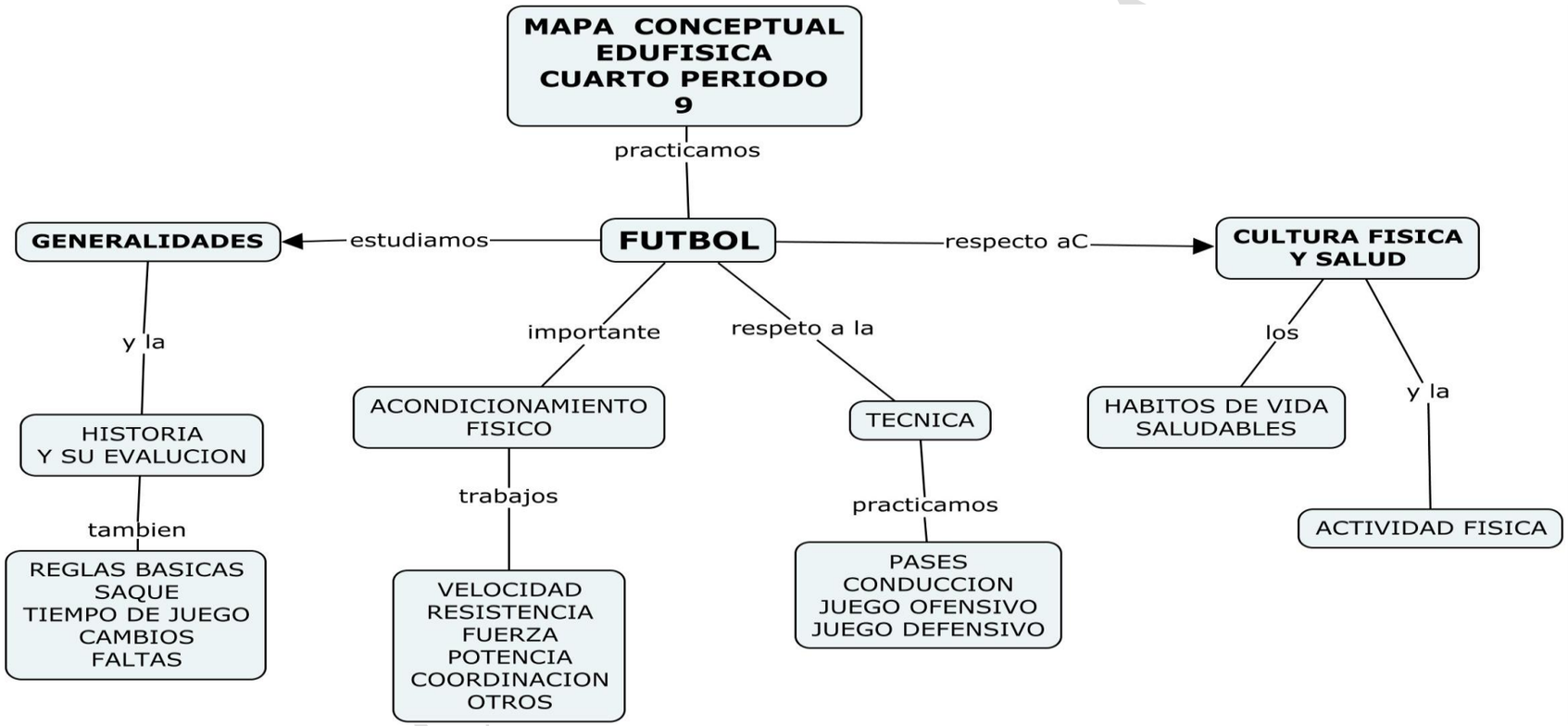
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA TERCER PERIODO 9
practicamos
BALONCESTO
algunas
GENERALIDADES
como
HISTORIA Y EVOLUCION
y algunas
REGLAS BASICA
entre ellas
ZONAS DE JUEGO TIEMPO MUERTO CAMBIOS
y su
ACONDICIONAMIENTO FISICO
desarrollamos
VELOCIDAD FUERZA COORDINACION POTENCIA AGILIDAD EQUILIBRIO OTROS
en la
TECNICA
aprendemmos
LANZAMIENTOS
a
DISNTANCIA CORTA DISTNACIA MEDIA
en relacion a
CULTURA FISICA Y SALUD
vemos
CUERPO CULTURA Y SALUD
y su
IMPORTANCIA
y los
EJERCICIOS

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 9º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: BALONCESTO
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C.ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO Historia Reglamento Pases Conducción Recepciones Reglas Básicas Juego Ofensivo Juego Defensivo	**C. Motriz:** Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal:** Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal:** Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios de lanzamientos al aro. **Propositivas:** Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Manejo Elementos técnicos y tácticos del baloncesto. como Lanzamientos **Personal:** Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. **Social:** Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva.	En desarrollo del juego demuestro dominio de la técnica de diferentes lanzamientos en forma estática y también en movimiento.

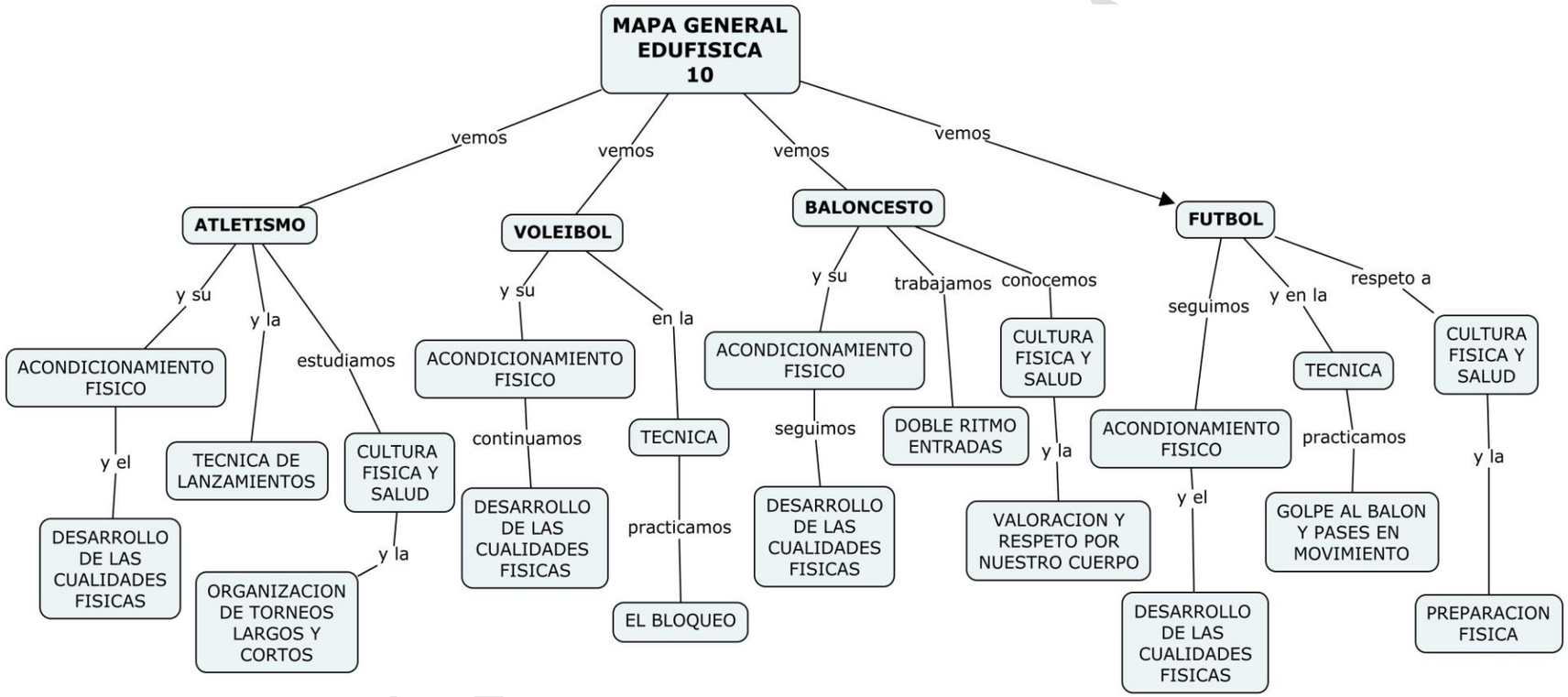
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
EDUFISICA
CUARTO PERIODO
9
practicamos
FUTBOL
GENERALIDADES
estudiamos
respecto aC
CULTURA FISICA
Y SALUD
y la
HISTORIA
Y SU EVALUCION
tambien
REGLAS BASICAS
SAQUE
TIEMPO DE JUEGO
CAMBIOS
FALTAS
importante
ACONDICIONAMIENTO
FISICO
trabajos
VELOCIDAD
RESISTENCIA
FUERZA
POTENCIA
COORDINACION
OTROS
respeto a la
TECNICA
practicamos
PASES
CONDUCCION
JUEGO OFENSIVO
JUEGO DEFENSIVO
los
HABITOS DE VIDA
SALUDABLES
y la
ACTIVIDAD FISICA

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRERADO**: 9º **PERIODO:** I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FÚTBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

U. TEMATICA	. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVI DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL **CONSTRUCCIÓN DE TIEMPOS Y ESPACIOS** Posición de los jugadores Saque Pases Recepción Ataque (remate) Defensa de campo Juegos En Tríos	**C. Motriz:** Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa**: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositiva**: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** reconozco algunos Juegos predeportivos aplicados al futbol. **Personal**: Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. **Social:** Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales .	En desarrollo del juego demuestro diferentes dominios, en especial de la técnica de cabeceo, en forma estática y en movimiento.

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA 10
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
y su
y la
estudiamos
y su
en la
y su
trabajamos
conocemos
seguimos
y en la
respeto a
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA DE LANZAMIENTOS
CULTURA FISICA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA
ACONDICIONAMIENTO FISICO
DOBLE RITMO ENTRADAS
CULTURA FISICA Y SALUD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA
CULTURA FISICA Y SALUD
y el
y la
continuamos
seguimos
y la
y el
practicamos
y la
DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS
ORGANIZACION DE TORNEOS LARGOS Y CORTOS
DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS
practicamos
EL BLOQUEO
DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
DESARROLLO DE LAS CUALIDADES FISICAS
GOLPE AL BALON Y PASES EN MOVIMIENTO
PREPARACION FISICA

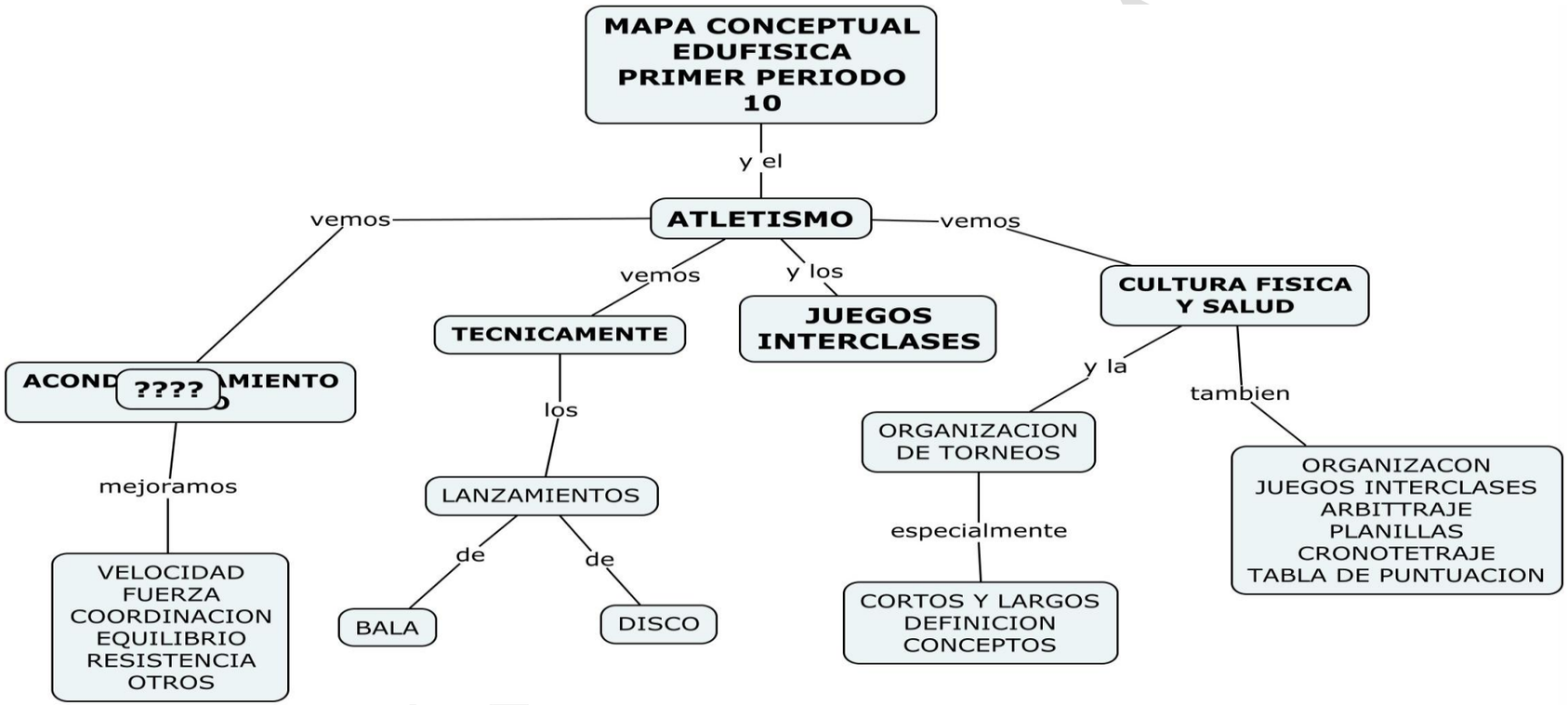
C U A D R O G E N E R A L - E J E S T E M A T I C O S

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 10º

ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FÚTBOL
Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación TÉCNICA: • mpulsión de bala. • anzamiento del disco. **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación EL BLOQUEO: Individual Doble Triple **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación DOBLE RITMO: Entrada por la derecha Entrada por la izquierda **CULTURA FÍSICA Y SALUD**	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación PASES: Bordes Externo Borde Interno Talón Punta Pases **CULTURA, FÍSICA Y SALUD**

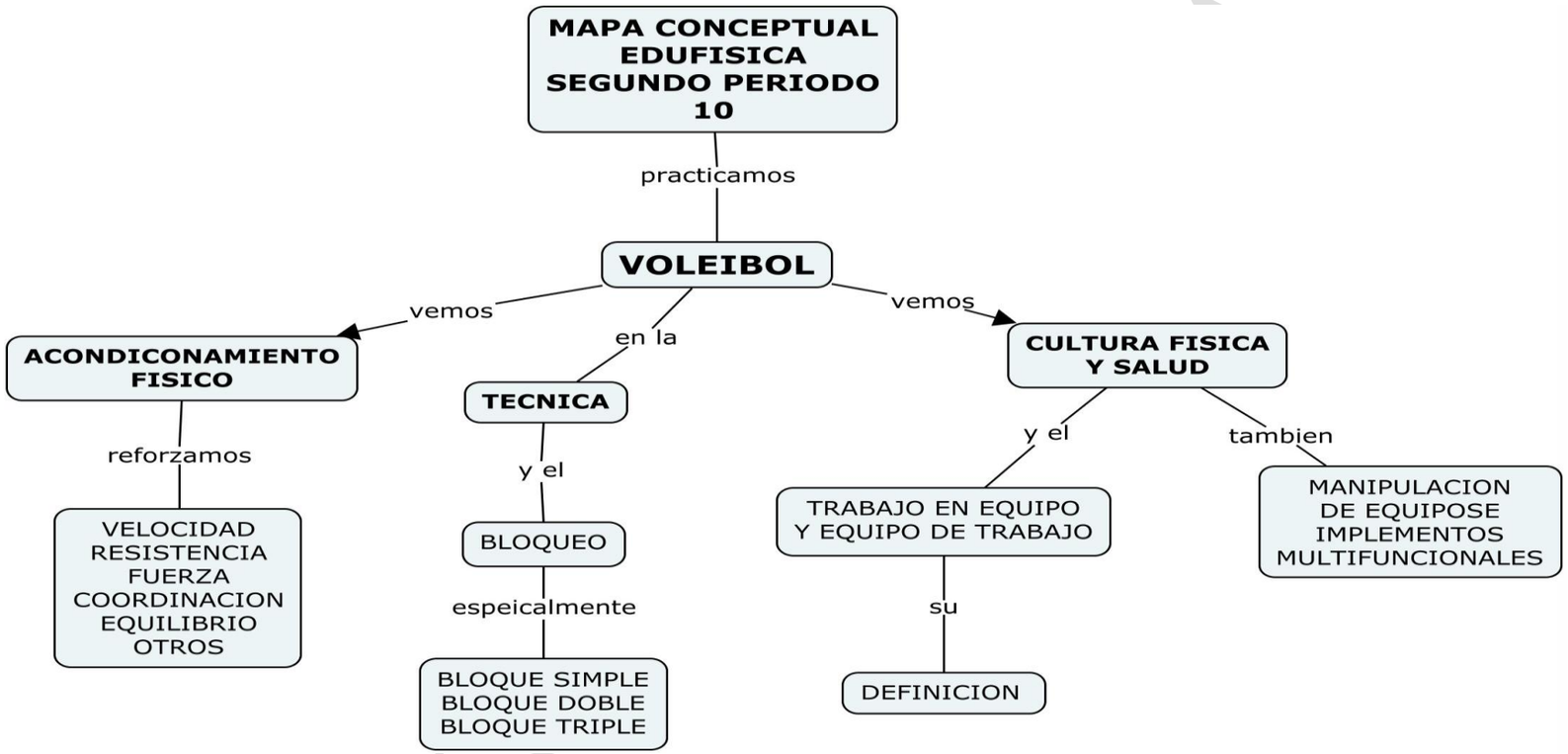
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
EDUFISICA
PRIMER PERIODO
10
y el
ATLETISMO
vemos
vemos
vemos
y los
ACOND ???? AMIENTO
TECNICAMENTE
JUEGOS INTERCLASES
CULTURA FISICA Y SALUD
mejoramos
los
y la
tambien
VELOCIDAD
FUERZA
COORDINACION
EQUILIBRIO
RESISTENCIA
OTROS
LANZAMIENTOS
ORGANIZACION DE TORNEOS
ORGANIZACON
JUEGOS INTERCLASES
ARBITTRAJE
PLANILLAS
CRONOTETRAJE
TABLA DE PUNTUACION
de
de
especialmente
BALA
DISCO
CORTOS Y LARGOS
DEFINICION
CONCEPTOS

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 10º **PERIODO:** I **TIEMPO**: 10 Semanas
EJE GENERADOR: ATLETISMO
COGNITIVA: ¿Qué importancia tiene en el atletismo los lanzamientos de disco e impulsión de la bala?
PERSONAL: ¿Cómo aprovecho el conocimiento teórico de la metodología de lanzamiento para un mejor logro deportivo?
SOCIAL: Valoro la importancia de la técnica de lanzamientos para mejores resultados deportivos.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO: **Lanzamientos** Impulsión de la bala, del disco y la Jabalina. **JUEGOS INTERCLASES** Microfutbol, Baloncesto, Voleibol, Ajedrez, Futbol, Quemado, Tenis de Mesa, Atletismo	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos aplicados a los lanzamientos. **C. Expresiva Corporal:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas**: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Valoro la importancia de los elementos técnicos - tácticos en los lanzamientos en el atletismo. **Personal**: Identifico mis fortalezas para controlar los segmentos corporales donde mejoro mi desempeño físico y mental. **Social:** Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación y colaboración.	Mediante una exposición teórico-practica Identifico y comprendo las diferentes posiciones corporales empleadas en los distintos lanzamientos.

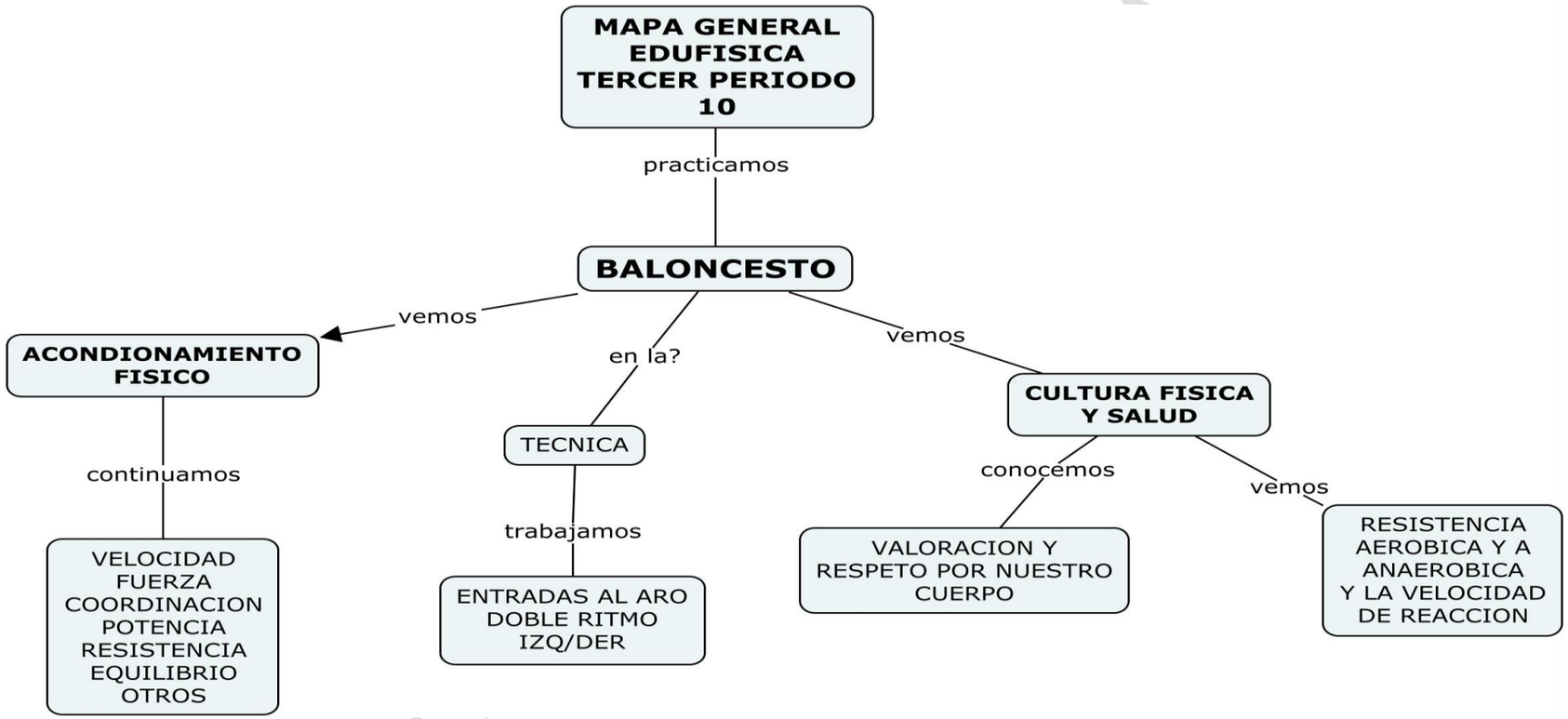
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 10
practicamos
VOLEIBOL
vemos
en la
vemos
ACONDICONAMIENTO FISICO
TECNICA
CULTURA FISICA Y SALUD
reforzamos
y el
y el
tambien
VELOCIDAD
RESISTENCIA
FUERZA
COORDINACION
EQUILIBRIO
OTROS
BLOQUEO
TRABAJO EN EQUIPO Y EQUIPO DE TRABAJO
MANIPULACION DE EQUIPOSE IMPLEMENTOS MULTIFUNCIONALES
espeicalmente
su
BLOQUE SIMPLE
BLOQUE DOBLE
BLOQUE TRIPLE
DEFINICION

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

EJE TEMATICO	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	I. DE DESEMPEÑO	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL EL BLOQUEO: ✓ Individual. ✓ Doble. ✓ Triple.	**C. Motriz**: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal**: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	**Interpretativa**: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas**: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** valoro la importancia de la Cooperación Compromiso, Comunicación en el Bloqueo **Personal**: Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física **Social:** Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva.	Demuestra mediante un juego la técnica del bloqueo en forma individual y de parejas.

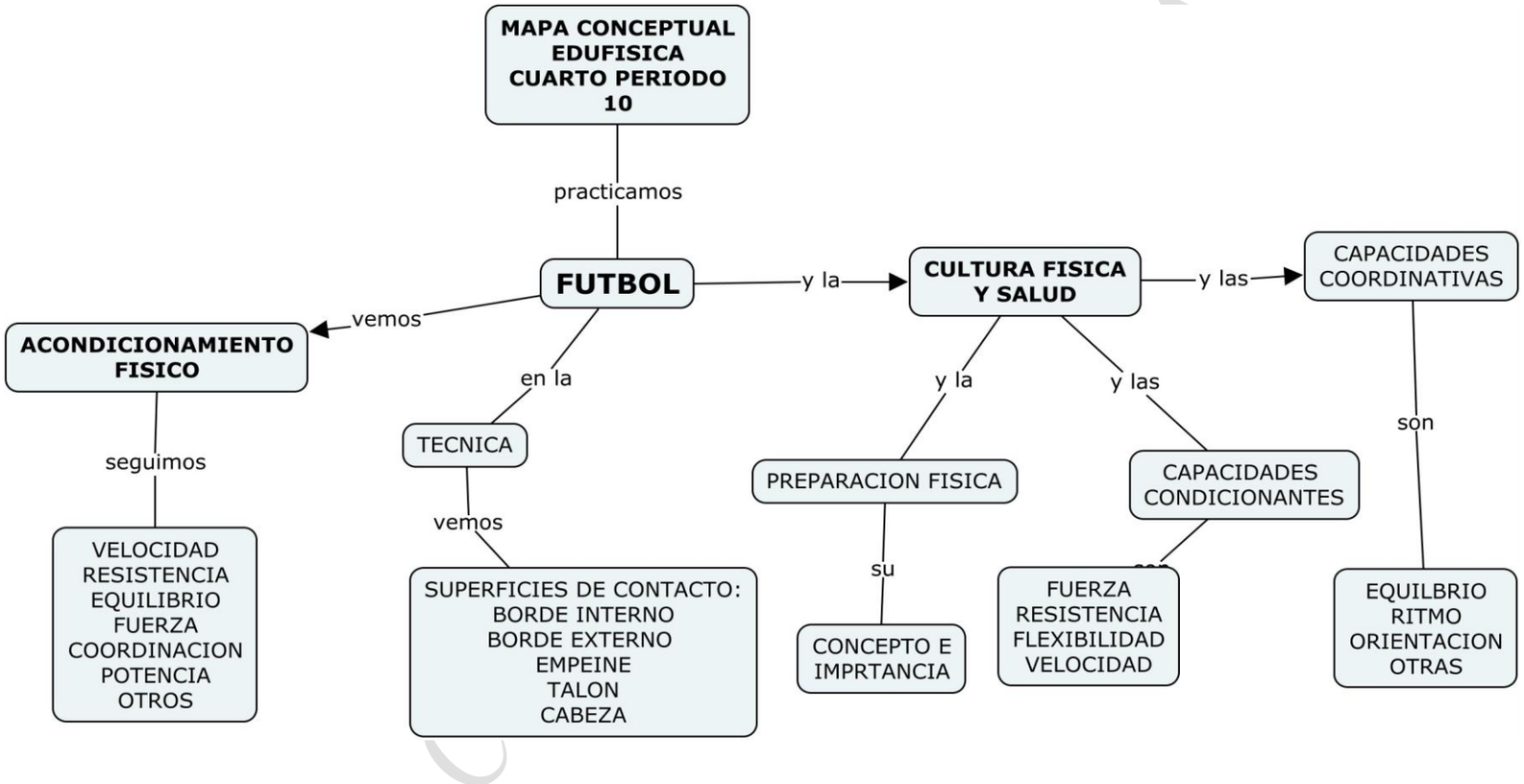
COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA TERCER PERIODO 10
practicamos
BALONCESTO
vemos
ACONDIONAMIENTO FISICO
continuamos
VELOCIDAD
FUERZA
COORDINACION
POTENCIA
RESISTENCIA
EQUILIBRIO
OTROS
en la?
TECNICA
trabajamos
ENTRADAS AL ARO
DOBLE RITMO
IZQ/DER
vemos
CULTURA FISICA Y SALUD
conocemos
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
vemos
RESISTENCIA AEROBICA Y A ANAEROBICA Y LA VELOCIDAD DE REACCION

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

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

COPIA CONTROLADA

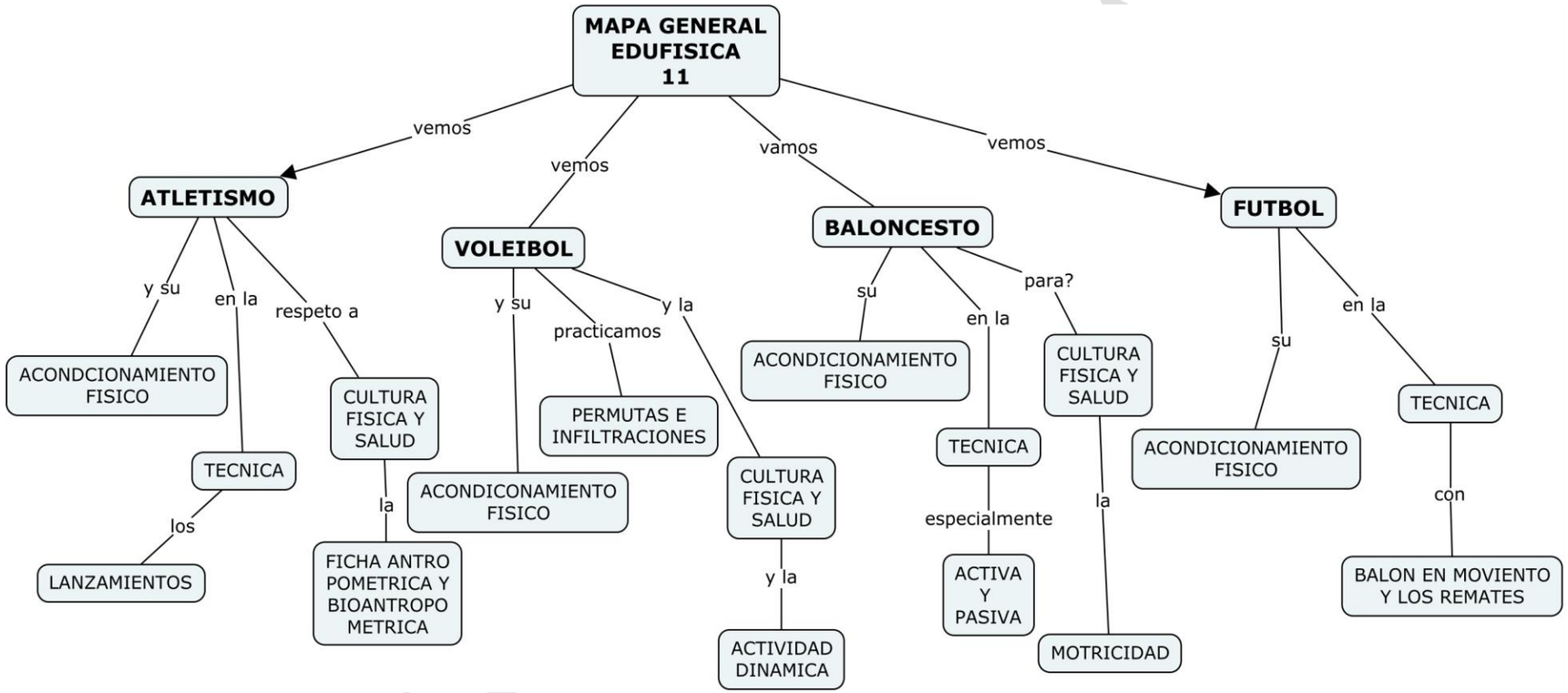

MAPA CONCEPTUAL
EDUFISICA
CUARTO PERIODO
10
practicamos
FUTBOL
vemos
ACONDICIONAMIENTO FISICO
seguimos
VELOCIDAD
RESISTENCIA
EQUILIBRIO
FUERZA
COORDINACION
POTENCIA
OTROS
en la
TECNICA
vemos
SUPERFICIES DE CONTACTO:
BORDE INTERNO
BORDE EXTERNO
EMPEINE
TALON
CABEZA
y la
CULTURA FISICA Y SALUD
y las
CAPACIDADES COORDINATIVAS
son
EQUILBRIO
RITMO
ORIENTACION
OTRAS
y la
PREPARACION FISICA
su
CONCEPTO E IMPRTANCIA
y las
CAPACIDADES CONDICIONANTES
FUERZA
RESISTENCIA
FLEXIBILIDAD
VELOCIDAD

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

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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA 11
vemos
vemos
vamos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
y su
en la
respeto a
y su
practicamos
y la
su
en la
para?
su
en la
ACONDCIONAMIENTO FISICO
TECNICA
los
LANZAMIENTOS
CULTURA FISICA Y SALUD
la
FICHA ANTRO POMETRICA Y BIOANTROPO METRICA
ACONDICONAMIENTO FISICO
PERMUTAS E INFILTRACIONES
CULTURA FISICA Y SALUD
y la
ACTIVIDAD DINAMICA
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA
especialmente
ACTIVA Y PASIVA
CULTURA FISICA Y SALUD
la
MOTRICIDAD
ACONDICIONAMIENTO FISICO
TECNICA
con
BALON EN MOVIENTO Y LOS REMATES

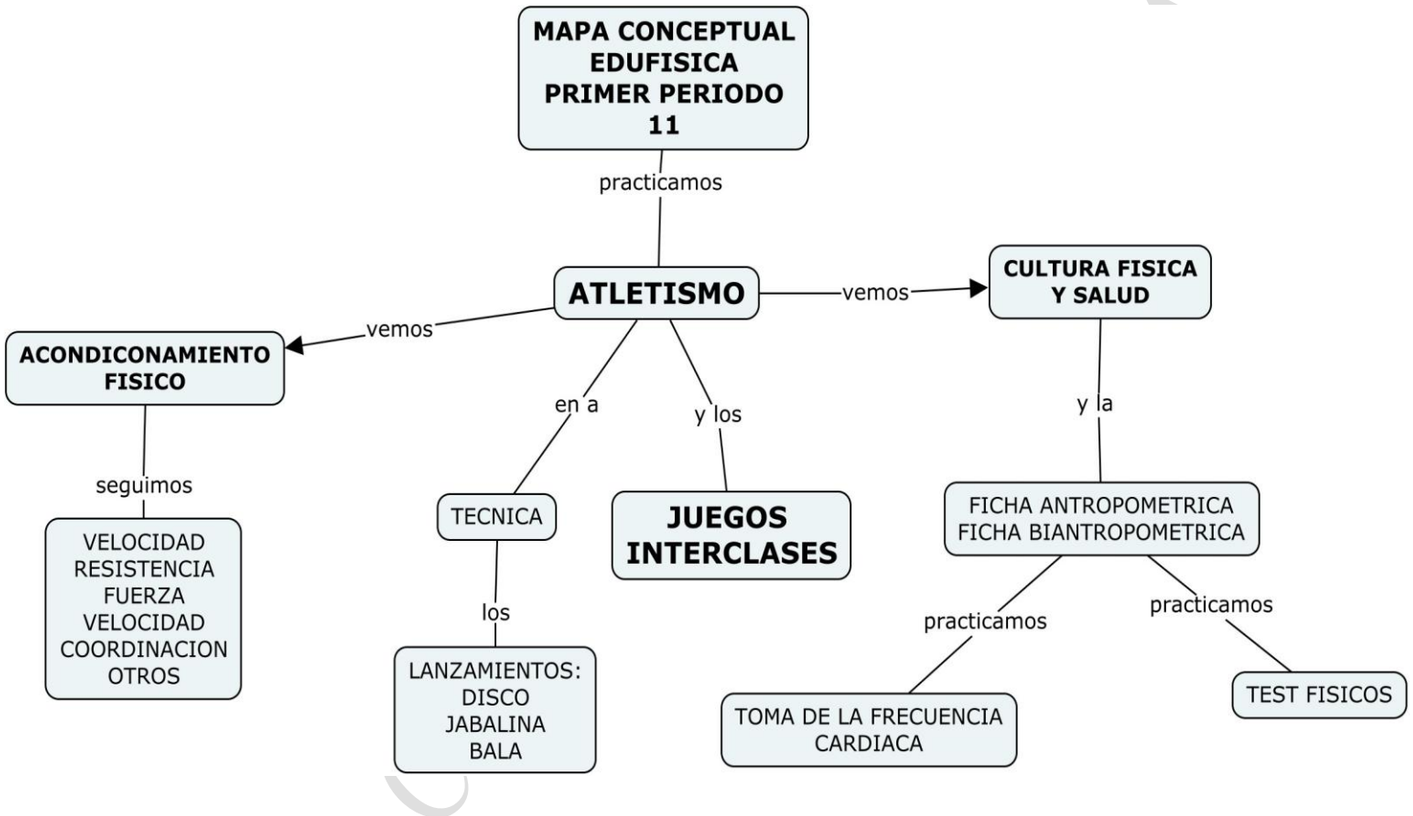
C U A D R O G E N E R A L - E J E S T E M A T I C O S

EDUCACIÓN FISICA RECREACIÓN Y DEPORTES

GRADO 11º

ATLETISMO	VOLEIBOL	BALONCESTO	FÚTBOL
Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación Lanzamiento de jabalina / disco CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación Las Permutas / Sistemas de juego CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación La defensa de campo. Partidos CULTURA, FÍSICA Y SALUD	Acondicionamiento físico: Resistencia Fuerza Velocidad Coordinación. Volea Balón en movimiento. Remate. CULTURA, FÍSICA Y SALUD

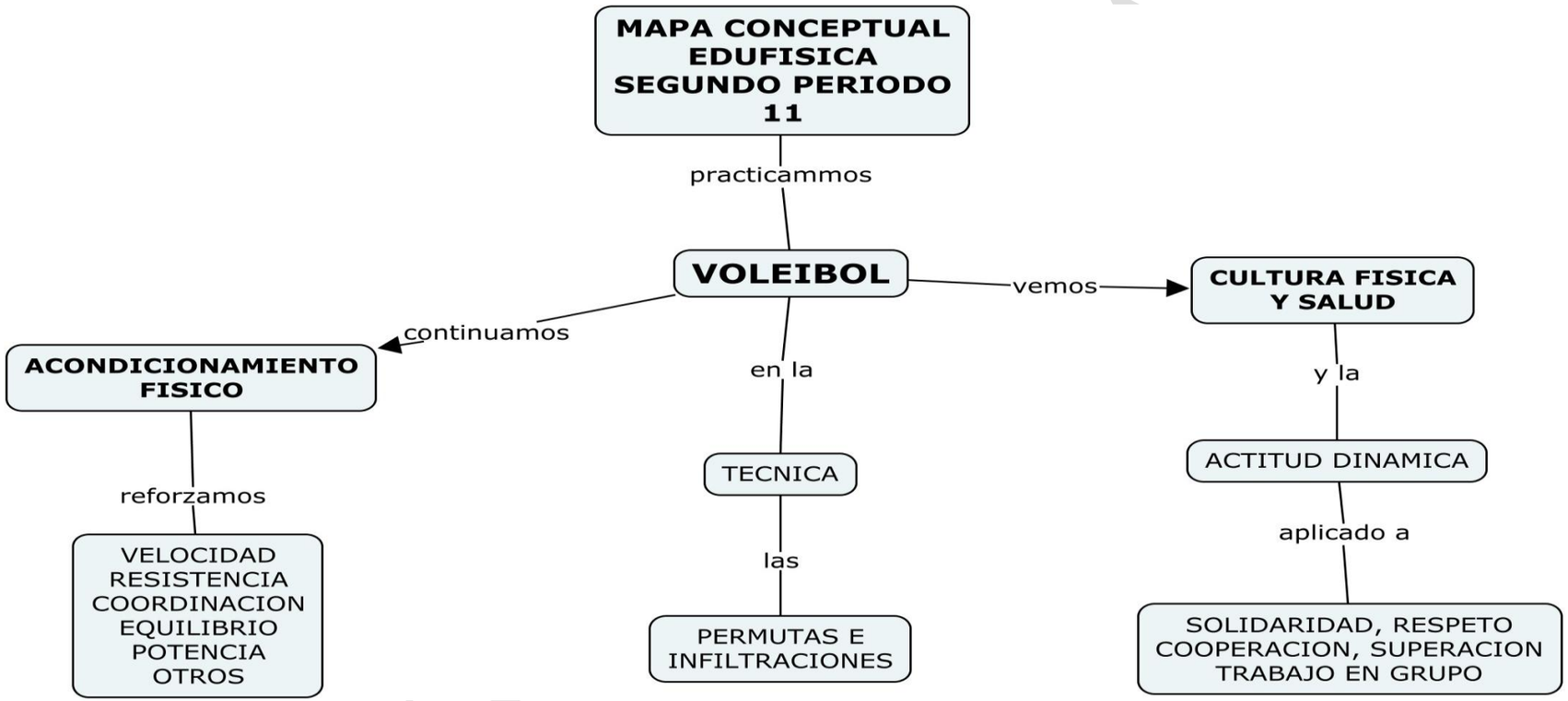
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
EDUFISICA
PRIMER PERIODO
11
practicamos
ATLETISMO
vemos
CULTURA FISICA
Y SALUD
vemos
ACONDICONAMIENTO
FISICO
en a
y los
y la
seguimos
TECNICA
JUEGOS
INTERCLASES
FICHA ANTROPOMETRICA
FICHA BIANTROPOMETRICA
VELOCIDAD
RESISTENCIA
FUERZA
VELOCIDAD
COORDINACION
OTROS
los
practicamos
practicamos
LANZAMIENTOS:
DISCO
JABALINA
BALA
TOMA DE LA FRECUENCIA
CARDIACA
TEST FISICOS

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 11º **PERIODO**: I **TIEMPO**: :10 Semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**
COGNITIVA: ¿Cuáles son los procedimientos técnicos para un buen lanzamiento de la jabalina?
PERSONAL: ¿Cómo incide en rendimiento una buena ejecución de lanzamiento?
SOCIAL: Identifico claramente la importancia de una buena técnica para mejores resultados deportivos.

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Pruebas combinadas: Decatlón Heptatlón **J. INTERCLASES** Voleibol, Baloncesto, Futbol, Microfutbol, Quemado, Ajedrez, Tenis de mesa, Atletismo.	**C. Motriz**: Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos aplicados al atletismo. **C. Expresiva Corporal**: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal**: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	**Interpretativa**: Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica de lanzamiento de la jabalina. **Propositiva:** Proponer ensayos para su aprendizaje y dominio	**Cognitiva:** Analizo la importancia de los Lanzamientos y cualidades físicas la práctica del atletismo. **Personal:** Reconozco mis destrezas motoras para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. (lanzamiento, disco, bala jabalina). **Social:** Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase por el docente	Organiza un festival atlético y aplica con dominio técnico las pruebas que conforman el Decatlón

COPIA CONTROLADA

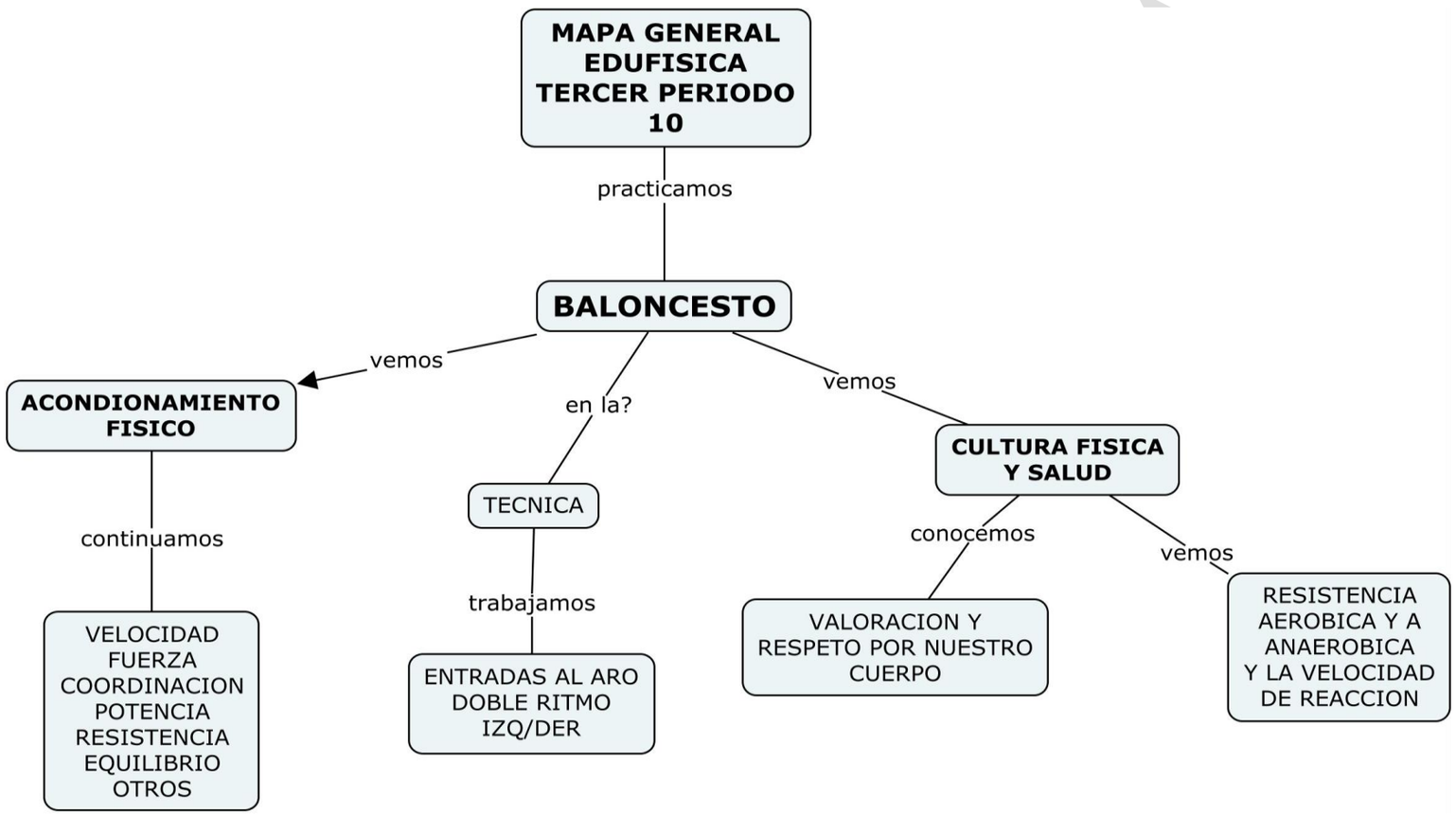

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA SEGUNDO PERIODO 11
practicammos
VOLEIBOL
vemos
CULTURA FISICA Y SALUD
continuamos
ACONDICIONAMIENTO FISICO
en la
TECNICA
y la
ACTITUD DINAMICA
reforzamos
VELOCIDAD
RESISTENCIA
COORDINACION
EQUILIBRIO
POTENCIA
OTROS
las
PERMUTAS E INFILTRACIONES
aplicado a
SOLIDARIDAD, RESPETO
COOPERACION, SUPERACION
TRABAJO EN GRUPO

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 11º **PERIODO**: II **TIEMPO**: 10 Semanas
EJE GENERADOR: VOLEIBOL.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL LAS PERMUTAS. Y LOS SISTEMA DE JUEGO	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	**Interpretativa**: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas:** Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Aplico Juegos predeportivos utilizados en el voleibol. **Personal:** Aplico reglas básicas y técnicas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. (voleibol) **Social:** Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	En un partido de voleibol demuestra el sistema de juego, además de la técnica del servicio o saque.

COPIA CONTROLADA

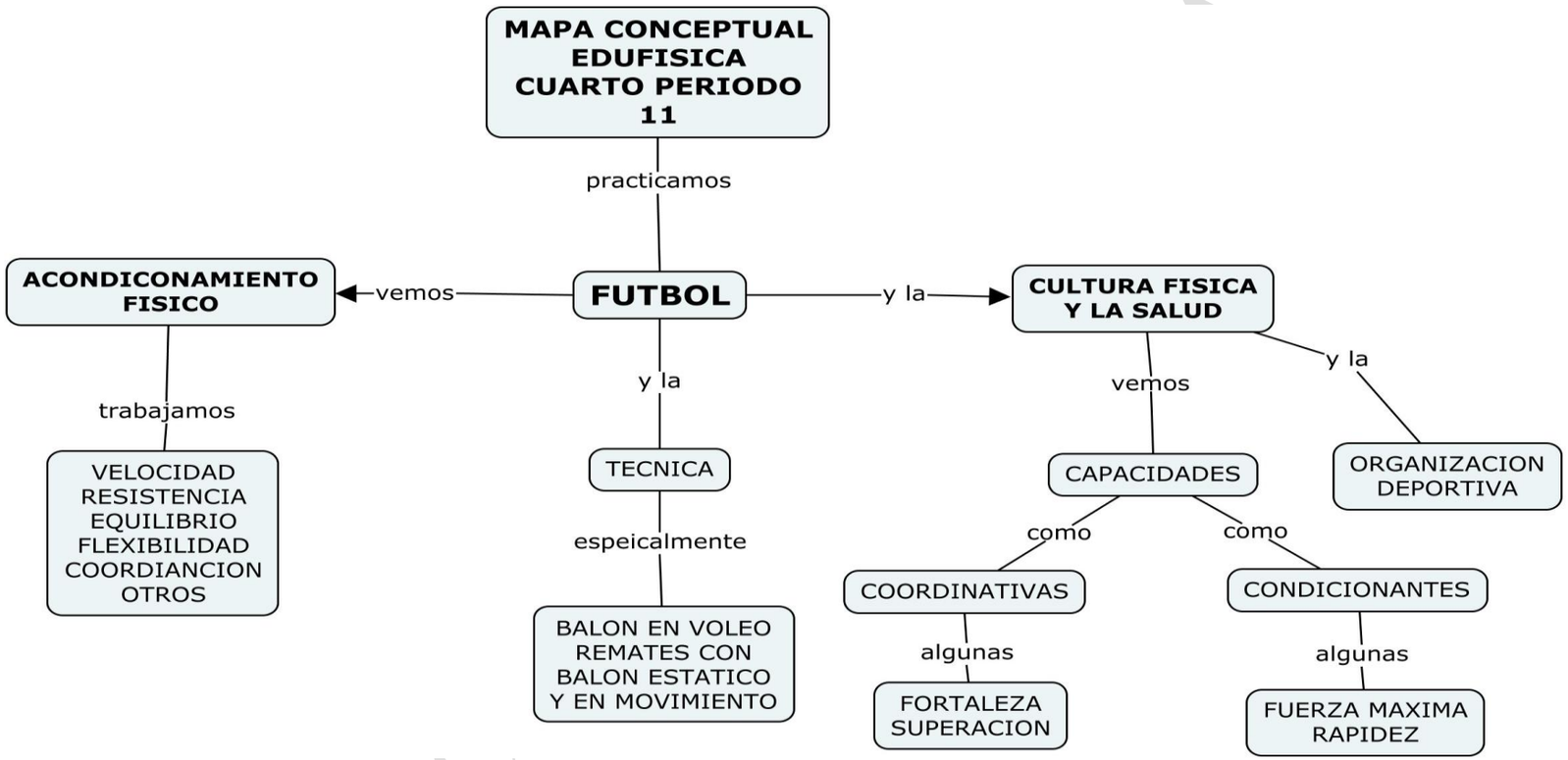
COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL EDUFISICA TERCER PERIODO 10
practicamos
BALONCESTO
vemos
ACONDIONAMIENTO FISICO
continuamos
VELOCIDAD
FUERZA
COORDINACION
POTENCIA
RESISTENCIA
EQUILIBRIO
OTROS
en la?
TECNICA
trabajamos
ENTRADAS AL ARO
DOBLE RITMO
IZQ/DER
vemos
CULTURA FISICA Y SALUD
conocemos
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
vemos
RESISTENCIA AEROBICA Y A ANAEROBICA Y LA VELOCIDAD DE REACCION

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 11º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: BALONCESTO
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del baloncesto como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

UNIDAD TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO DEFENSA DE CAMPO: ✓ Partidos. Sistemas De juego	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal**: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de si mismo	I**nterpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas:** Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	**Cognitivo**: Describo algunos sistemas de juego tácticos del baloncesto. **Personal:** Ejecuta en forma correcta los gestos técnicos y tácticos del baloncesto. **Social**: Atiendo las indicaciones del docente sobre la forma correcta de realizar ejercicios.	En un partido de baloncesto realizo buen dominio de la técnica defensiva de zona e individual.

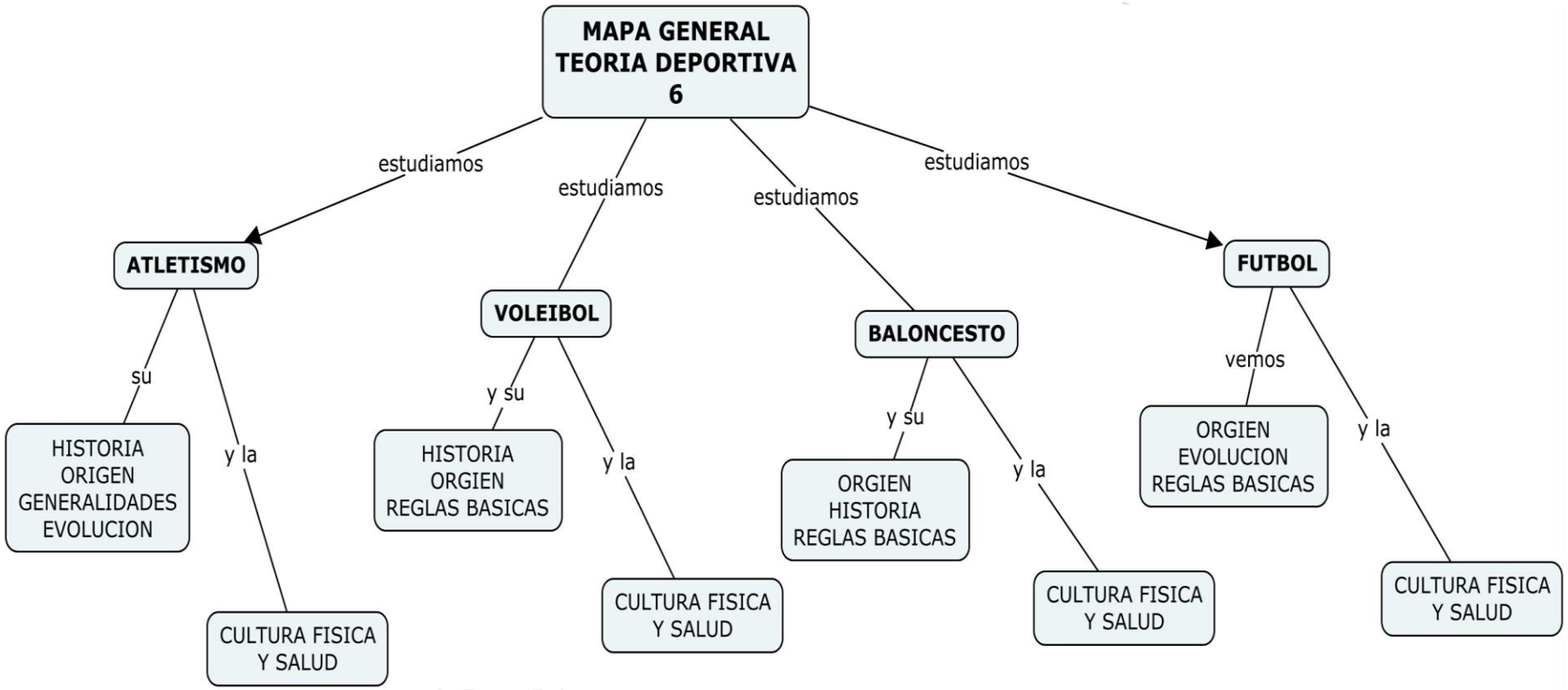
COPIA CONTROLADA

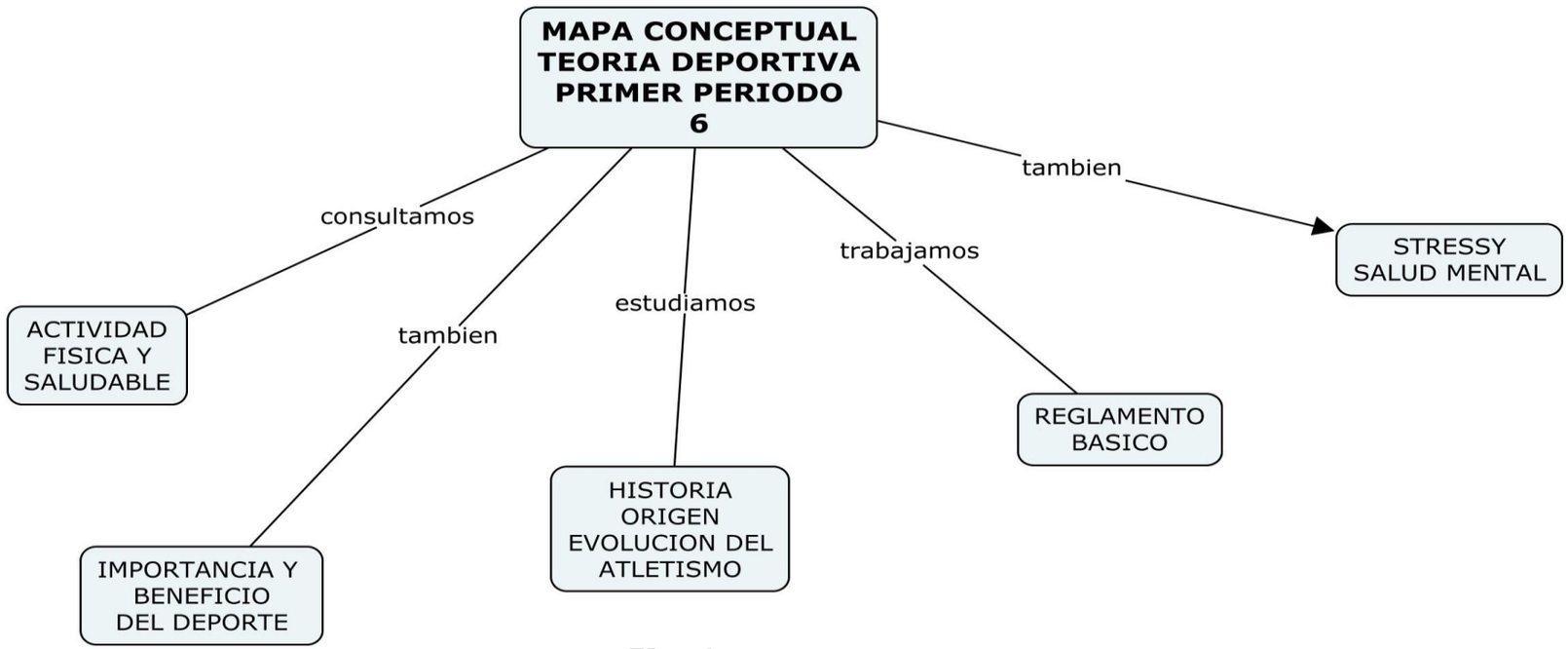

MAPA CONCEPTUAL EDUFISICA CUARTO PERIODO 11
practicamos
FUTBOL
vemos
ACONDICONAMIENTO FISICO
trabajamos
VELOCIDAD
RESISTENCIA
EQUILIBRIO
FLEXIBILIDAD
COORDIANCION
OTROS
y la
TECNICA
especialmente
BALON EN VOLEO
REMATES CON
BALON ESTATICO
Y EN MOVIMIENTO
y la
CULTURA FISICA Y LA SALUD
vemos
CAPACIDADES
como
COORDINATIVAS
algunas
FORTALEZA
SUPERACION
como
CONDICIONANTES
algunas
FUERZA MAXIMA
RAPIDEZ
y la
ORGANIZACION DEPORTIVA

AREA: **EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES** **GRADO**: 11º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FÚTBOL.**
COGNITIVA: **¿**Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del Fútbol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL FUNDAMENTOS TÉCNICOS: ✓ Volea. ✓ Balón en movimiento. ✓ Remates.	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal**: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporales **C. axiológica Corporal**: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas**: Presento diversas alternativas de ejercicios para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Mejoro las Capacidad condicionales y coordinativas aplicados al futbol **Personal:** Identifico los fundamentos básicos del Futbol. **Social:** Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva	En un partido de fútbol, demuestro buen dominio de la técnica del voleo, el remate estático y en movimiento.

COPIA CONTROLADA

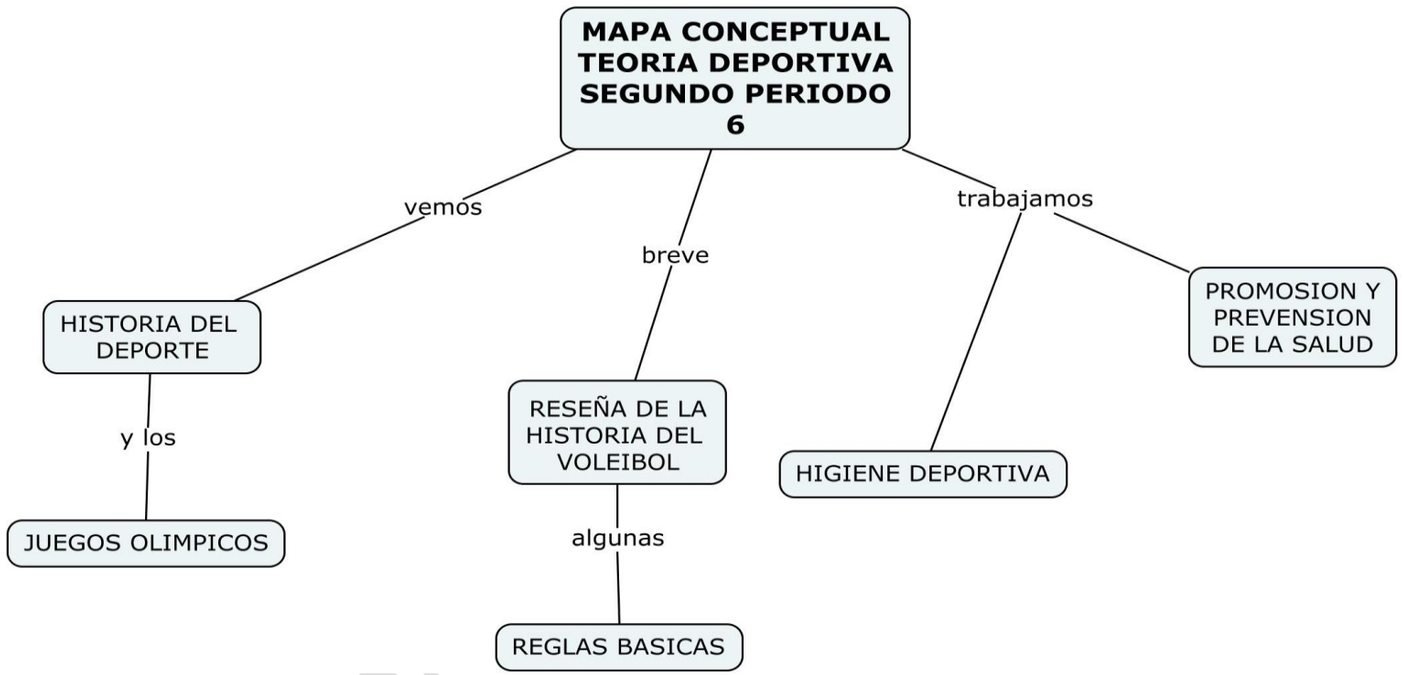

MAPA GENERAL
TEORIA DEPORTIVA
6
estudiamos
estudiamos
estudiamos
estudiamos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
su
y la
y su
y la
y su
y la
vemos
y la
HISTORIA
ORIGEN
GENERALIDADES
EVOLUCION
CULTURA FISICA
Y SALUD
HISTORIA
ORGIEN
REGLAS BASICAS
CULTURA FISICA
Y SALUD
ORGIEN
HISTORIA
REGLAS BASICAS
CULTURA FISICA
Y SALUD
ORGIEN
EVOLUCION
REGLAS BASICAS
CULTURA FISICA
Y SALUD


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA PRIMER PERIODO 6
consultamos
ACTIVIDAD FISICA Y SALUDABLE
tambien
IMPORTANCIA Y BENEFICIO DEL DEPORTE
estudiamos
HISTORIA ORIGEN EVOLUCION DEL ATLETISMO
trabajamos
REGLAMENTO BASICO
tambien
STRESSY SALUD MENTAL

AREA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO: 6º** **PERIODO**: I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: ATLETISMO
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer los efectos del ejercicio físico en mi organismo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS / DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO Salidas Reglas Básicas	**C. Motriz:** Reconozco la importancia del deporte para el ser humano **C. expresiva corporal:** Combino la teoría y la práctica de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Axiología corporal**: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones.	**Interpretativa**: Reconozco la importancia del deporte como beneficio para la salud. **Argumentativa**: Identifico posibles causas de errores en la aplicación del reglamento por parte del árbitro en un partido de fútbol **Propositiva**: Escribe un resumen sobre el deporte y la salud	**Cognitivo:** Identifico la importancia del deporte para la humanidad. **Personal:** Elaboro un resumen sobre el reglamento del atletismo **Social**: Valoro el reglamento del atletismo y lo coloco en practica	Explica oralmente como se realizan las salidas en el atletismo y algunas reglas básicas

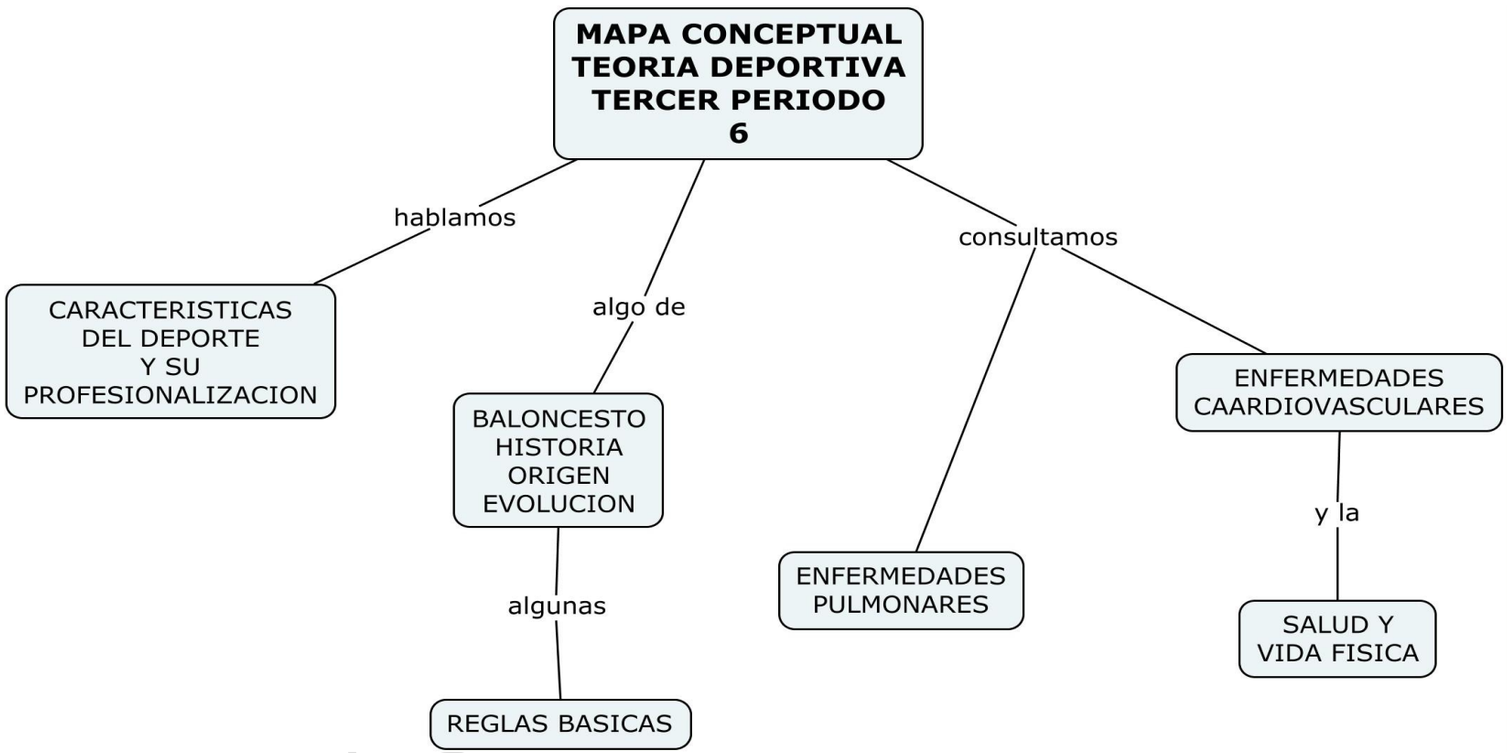
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA SEGUNDO PERIODO 6
vemos
breve
trabajamos
HISTORIA DEL DEPORTE
y los
JUEGOS OLIMPICOS
RESEÑA DE LA HISTORIA DEL VOLEIBOL
algunas
REGLAS BASICAS
HIGIENE DEPORTIVA
PROMOSION Y PREVENSION DE LA SALUD

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

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

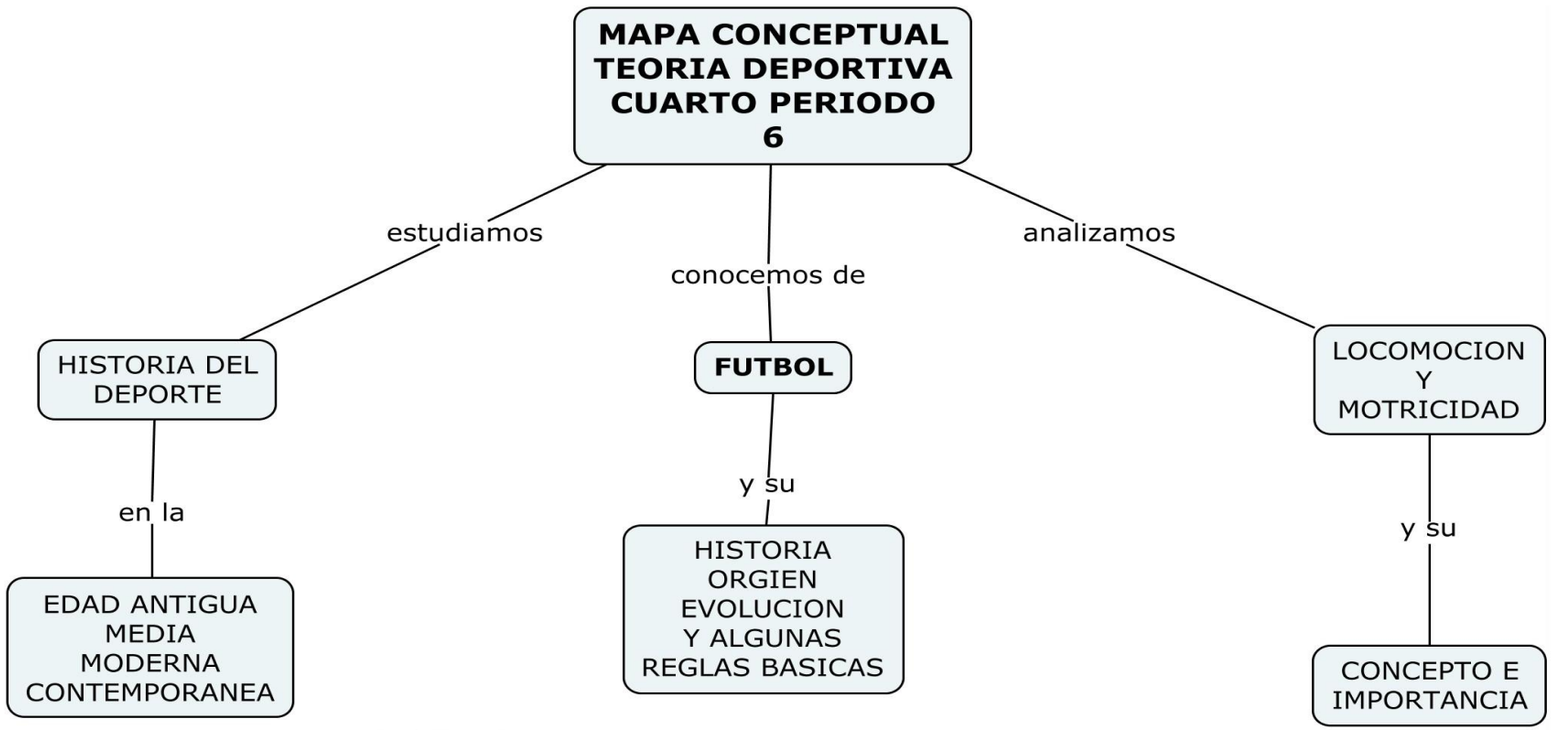
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
TERCER PERIODO
6
hablamos
algo de
consultamos
CARACTERISTICAS
DEL DEPORTE
Y SU
PROFESIONALIZACION
BALONCESTO
HISTORIA
ORIGEN
EVOLUCION
algunas
REGLAS BASICAS
ENFERMEDADES
PULMONARES
ENFERMEDADES
CAARDIOVASCULARES
y la
SALUD Y
VIDA FISICA

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 6º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer las técnicas del baloncesto para ejecutar prácticas.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO **Historia** **Reglas Básicas**	**C. Motriz**: Comprendo las técnicas y tácticas de movimientos en diversas situaciones aplicadas al baloncesto. **C. Expresiva Corporal:** Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del baloncesto como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica básica. **Propositiva:** Elaboro un ensayo sobre la importancia del baloncesto.	**Cognitivo:** comprendo la importancia del deporte para mi salud. Identifico los movimientos y actividades del baloncesto. **Personal:** Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. **Social**: Reflexiono sobre la importancia de la actividad física para mi salud	Explica por medio de una exposición algunas reglas básicas del baloncesto.

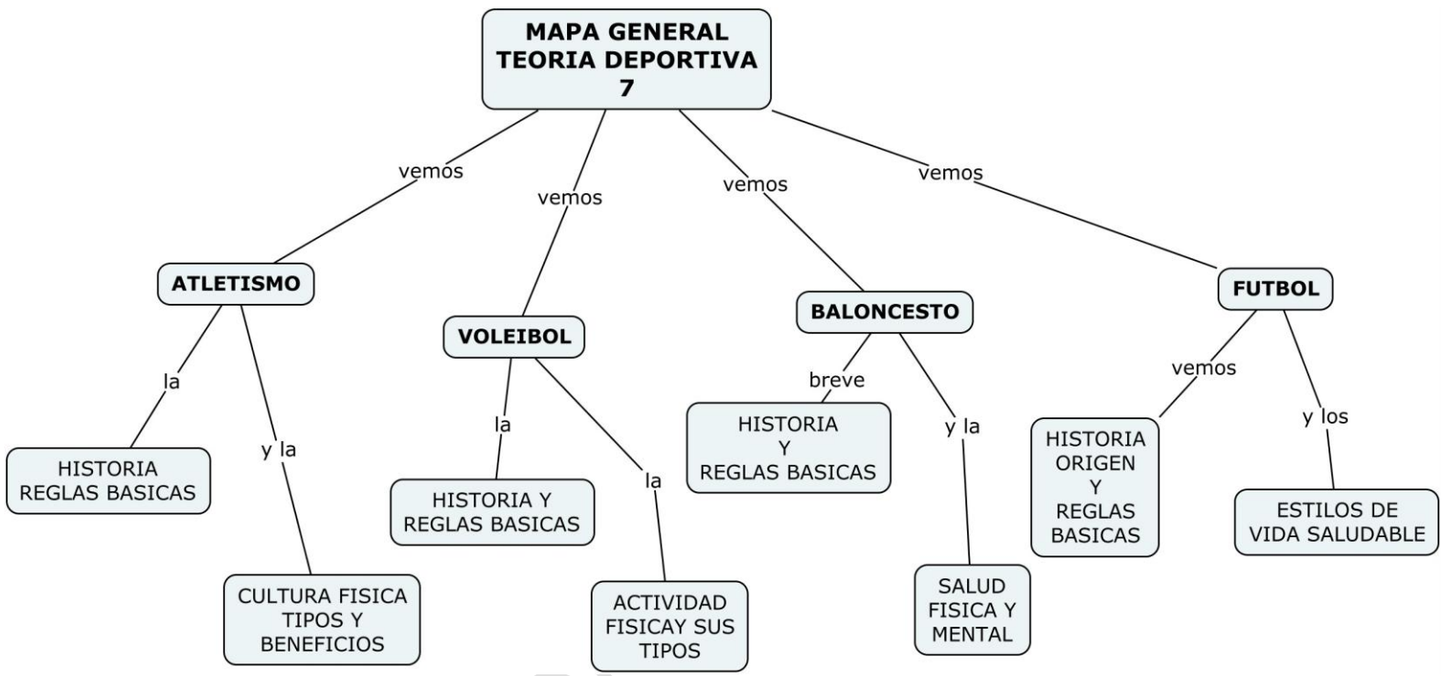
COPIA CONTROLADA

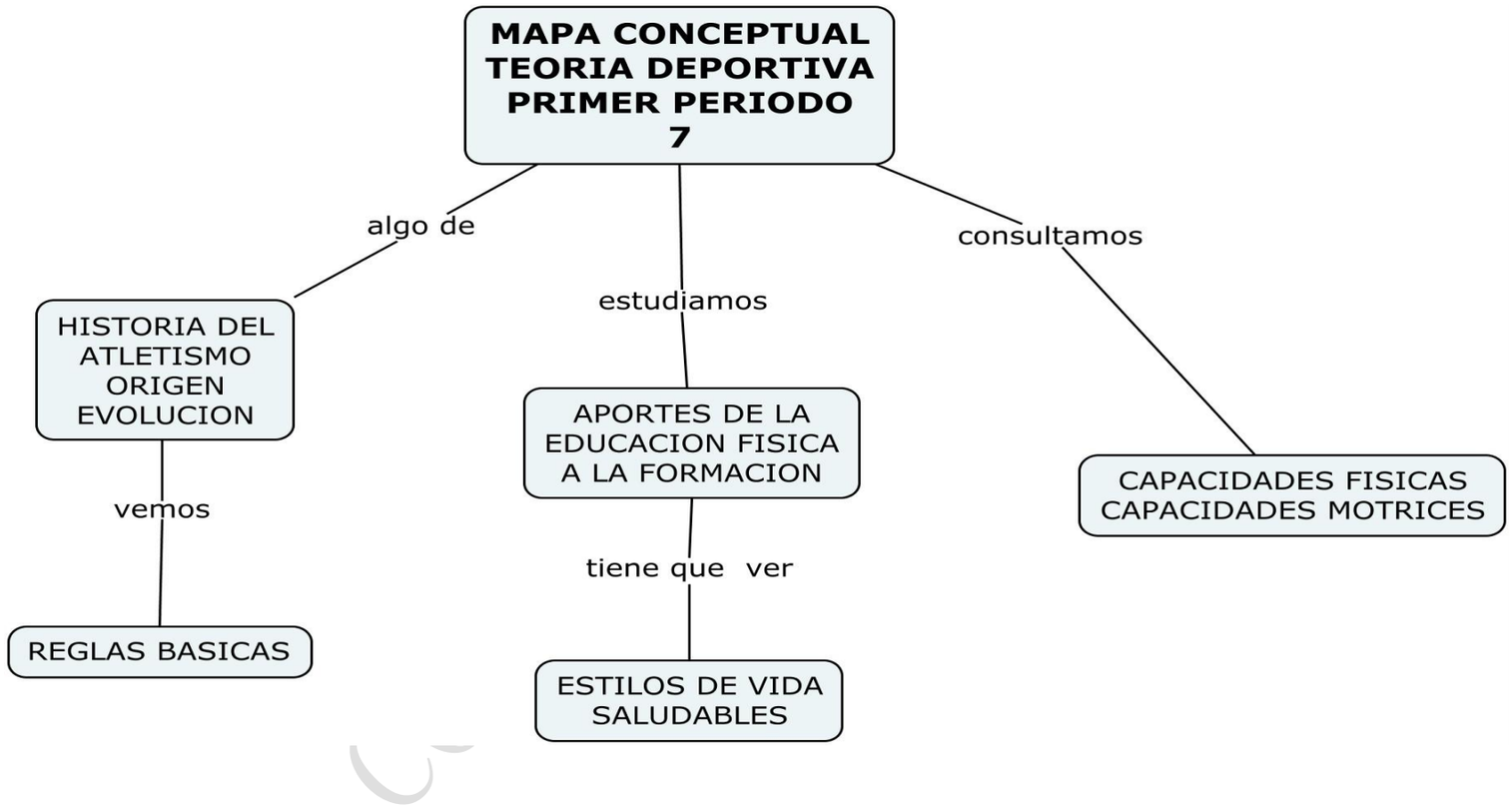

MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
CUARTO PERIODO
6
estudiamos
conocemos de
analizamos
HISTORIA DEL DEPORTE
FUTBOL
LOCOMOCION Y MOTRICIDAD
en la
y su
y su
EDAD ANTIGUA
MEDIA
MODERNA
CONTEMPORANEA
HISTORIA
ORGIEN
EVOLUCION
Y ALGUNAS
REGLAS BASICAS
CONCEPTO E
IMPORTANCIA

AREA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 6º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 Semanas
EJE GENERADOR: **FUTBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide en mí, el conocimiento de la práctica del futbol para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye la práctica del futbol en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia del reglamento del futbol para evitar lesiones al hacer prácticas.

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

COPIA CONTROLADA

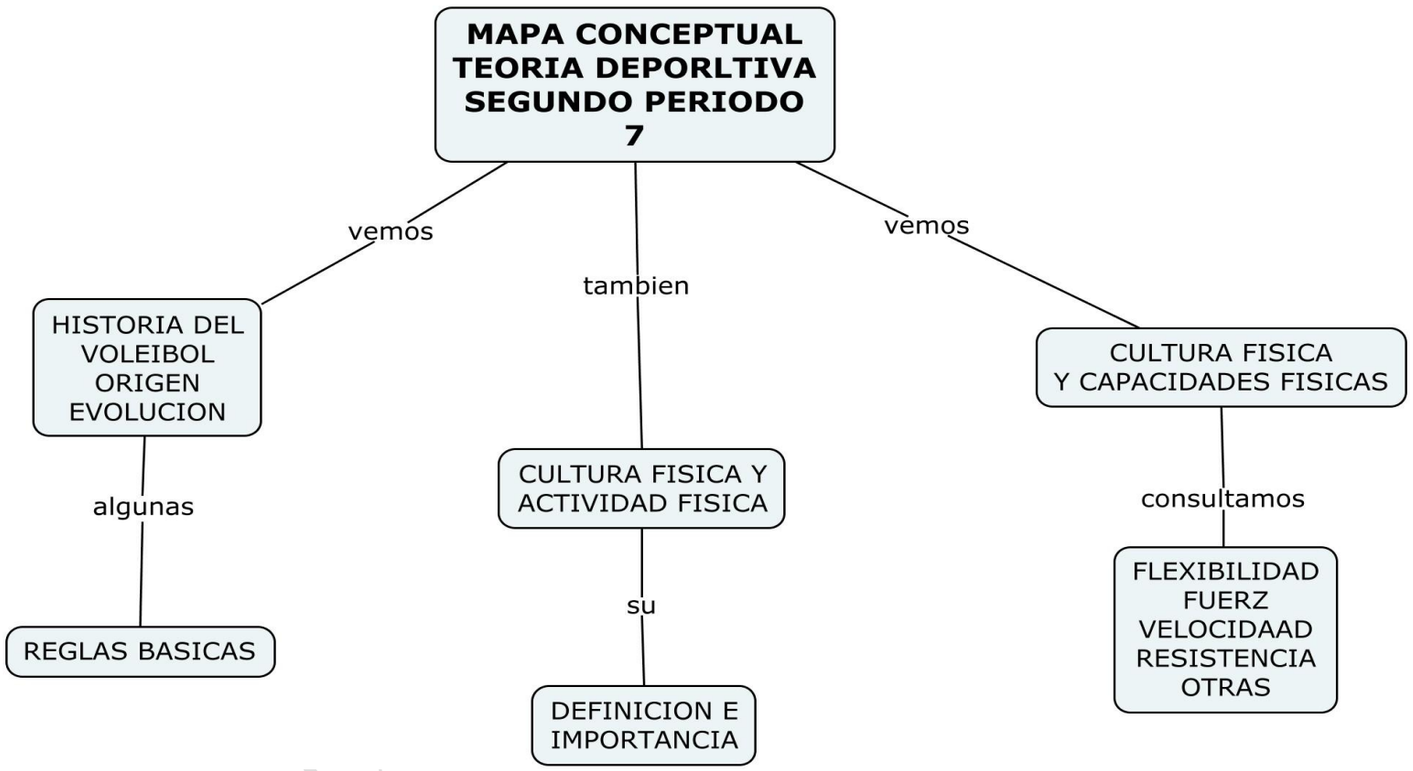

MAPA GENERAL
TEORIA DEPORTIVA
7
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
la
y la
la
la
breve
y la
vemos
y los
HISTORIA
REGLAS BASICAS
CULTURA FISICA
TIPOS Y
BENEFICIOS
HISTORIA Y
REGLAS BASICAS
ACTIVIDAD
FISICAY SUS
TIPOS
HISTORIA
Y
REGLAS BASICAS
SALUD
FISICA Y
MENTAL
HISTORIA
ORIGEN
Y
REGLAS
BASICAS
ESTILOS DE
VIDA SALUDABLE


MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
PRIMER PERIODO
7
algo de
estudiamos
consultamos
HISTORIA DEL ATLETISMO ORIGEN EVOLUCION
APORTES DE LA EDUCACION FISICA A LA FORMACION
CAPACIDADES FISICAS CAPACIDADES MOTRICES
vemos
tiene que ver
REGLAS BASICAS
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO** 7º **PERIODO**: I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: ATLETISMO.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Atletismo como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la teoría deportiva como Beneficio para las diferentes practicas deportivas

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

COPIA CONTROLADA

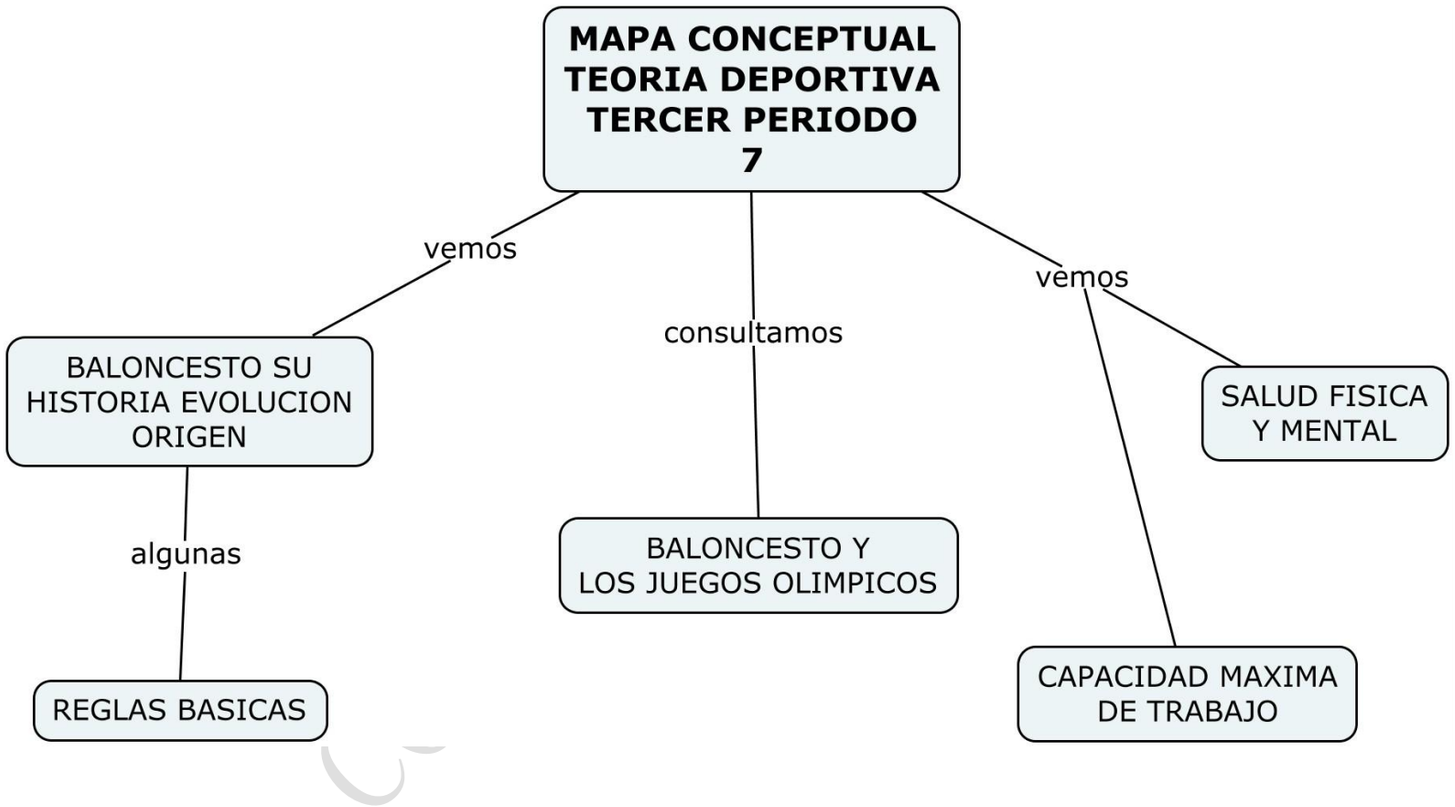

MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORLTIVA SEGUNDO PERIODO 7
vemos
tambien
vemos
HISTORIA DEL VOLEIBOL ORIGEN EVOLUCION
algunas
REGLAS BASICAS
CULTURA FISICA Y ACTIVIDAD FISICA
su
DEFINICION E IMPORTANCIA
CULTURA FISICA Y CAPACIDADES FISICAS
consultamos
FLEXIBILIDAD FUERZ VELOCIDAAD RESISTENCIA OTRAS

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO:** 7º **PERIODO:** II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL : Valoro la importancia de la teoría deportiva del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	**C. Motriz:** Combino la teoría y la práctica de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal**: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del voleibol como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica básica. **Propositiva:** Escribe un resumen sobre el voleibol y sus características	**Cognitiva:** Identifico la diferencia entre deporte y práctica deportiva. **Personal:** Establezco semejanzas y diferencias entre los deportes colectivos e individuales **Social:** Comprendo el concepto de juego limpio y llevo a la práctica.	Explico teóricamente la técnica de voleo, antebrazo y los tipos de saque a través del juego.

COPIA CONTROLADA

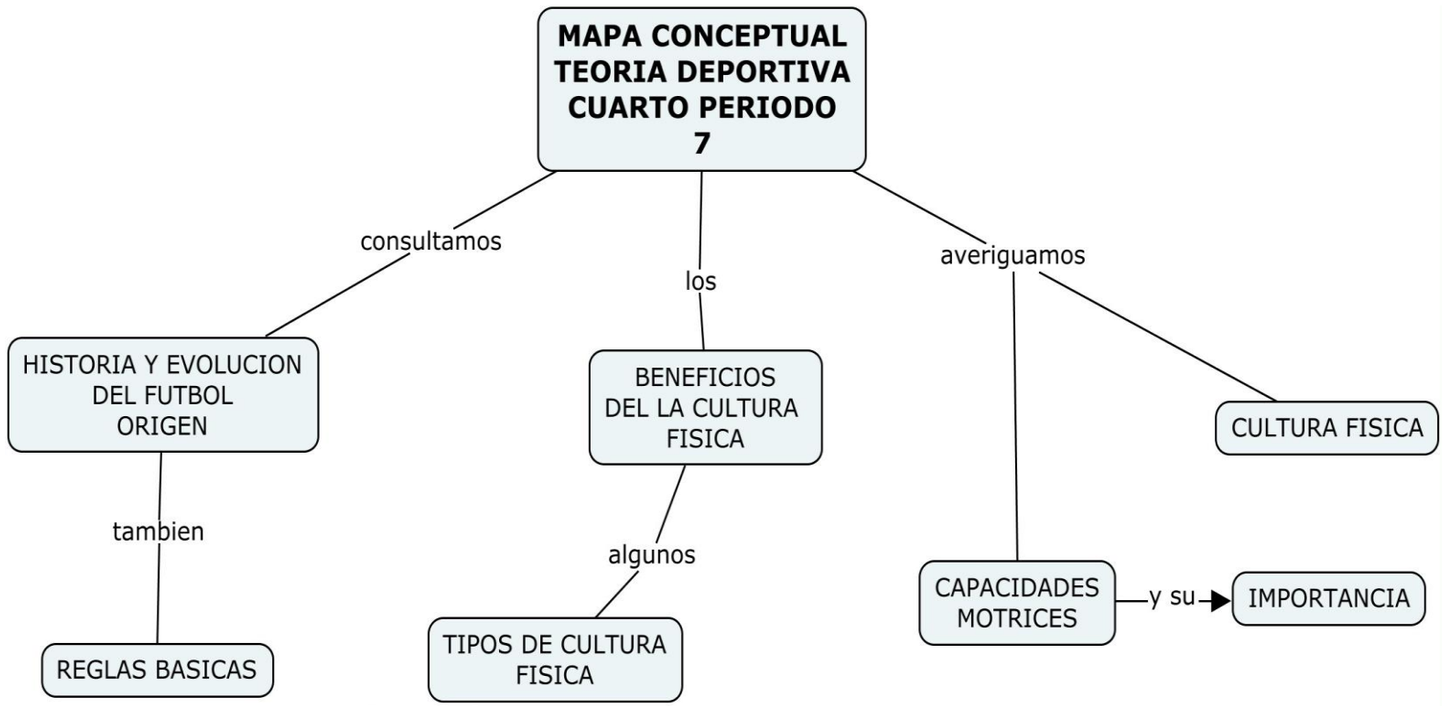
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
TERCER PERIODO
7
vemos
consultamos
vemos
BALONCESTO SU HISTORIA EVOLUCION ORIGEN
algunas
REGLAS BASICAS
BALONCESTO Y LOS JUEGOS OLIMPICOS
SALUD FISICA Y MENTAL
CAPACIDAD MAXIMA DE TRABAJO

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 7º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia como tomar la frecuencia cardiaca Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
BALONCESTO	**C. Motriz:** Combino la teoría y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal**: Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y procesos para la realización de paradas, amagos y saltos. **Propositivas:** Presento diversas alternativas para lograr la técnica correcta.	**Cognitivo:** Identifico y explico la historia del baloncesto. **Personal**: Establezco similitudes y diferencias entre el voleibol y el baloncesto **Social:** Comprendo y aplico la importancia del juego limpio en el deporte	Explico mediante un trabajo escrito cómo surgió el baloncesto y explico algunas reglas básicas.

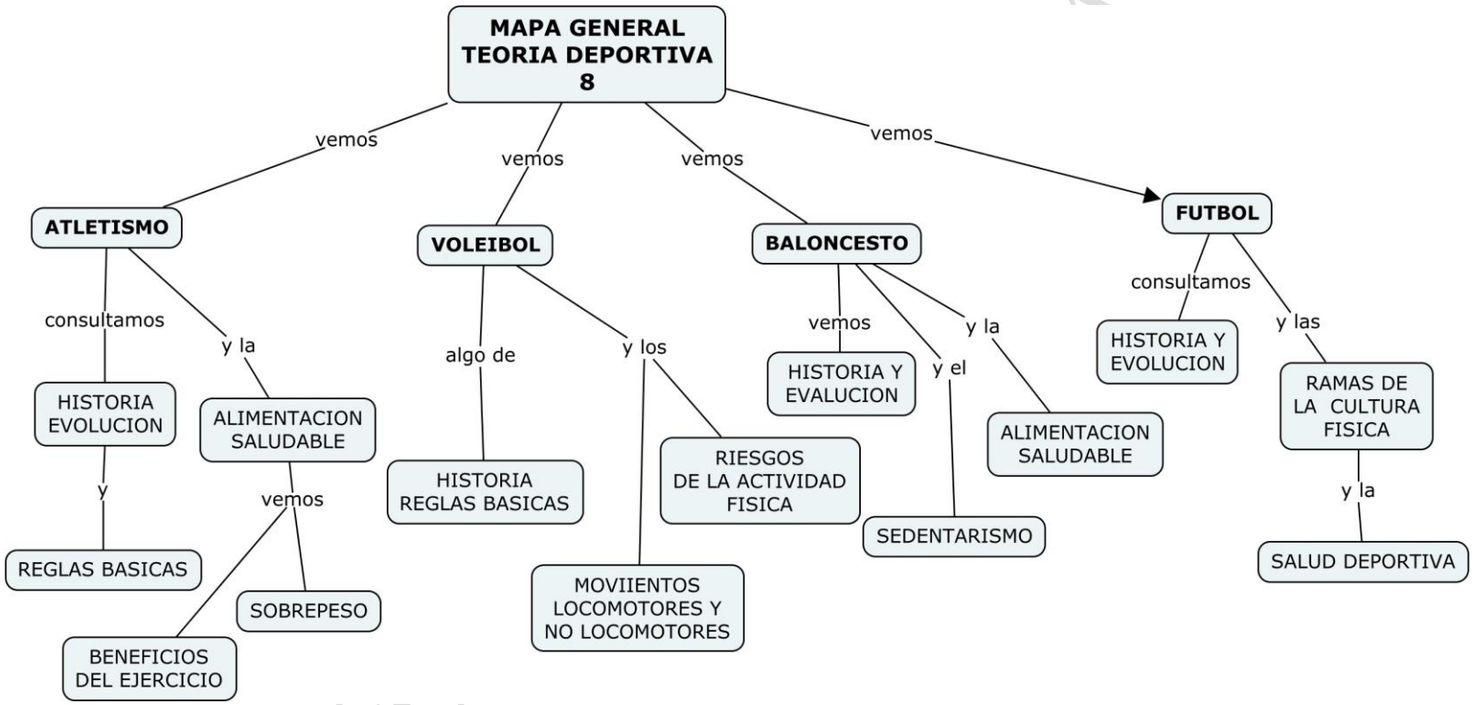
COPIA CONTROLADA

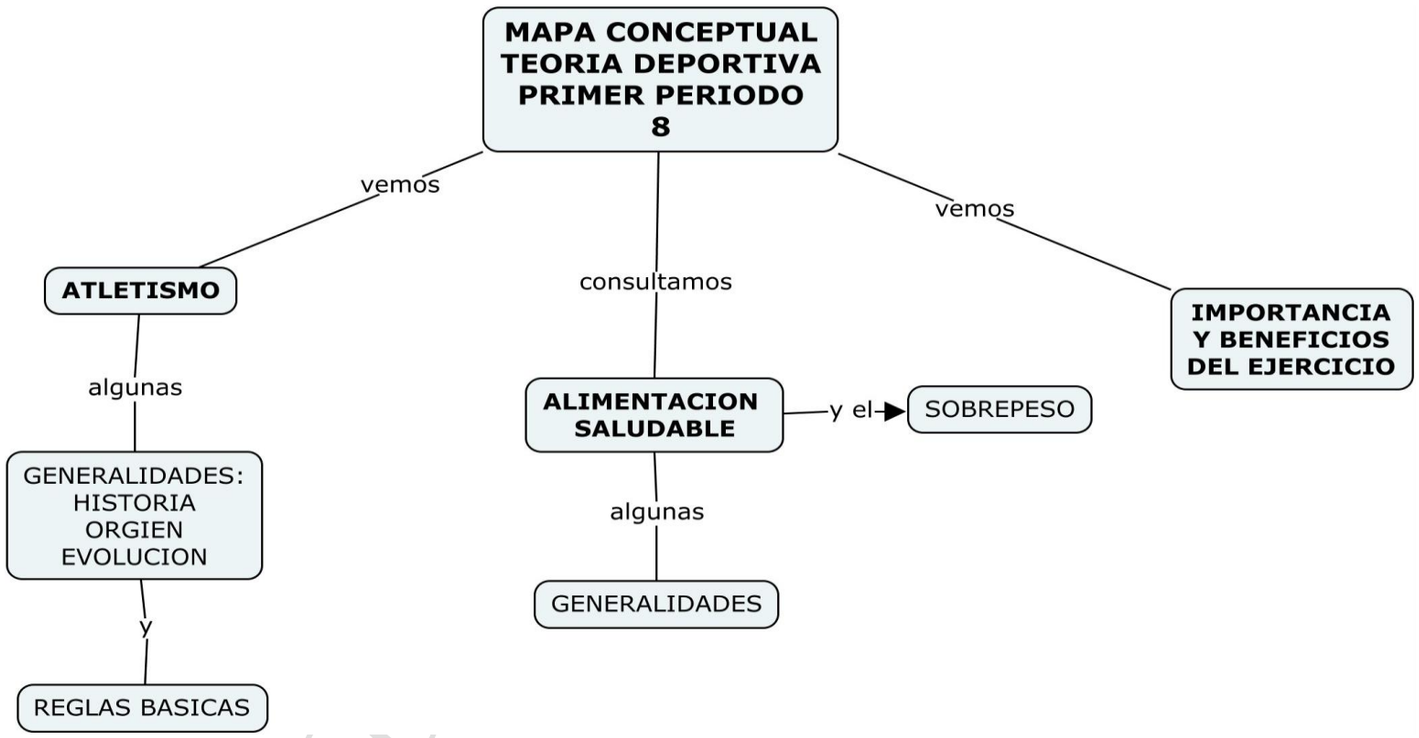

MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
CUARTO PERIODO
7
consultamos
los
averiguamos
HISTORIA Y EVOLUCION DEL FUTBOL ORIGEN
BENEFICIOS DEL LA CULTURA FISICA
CULTURA FISICA
tambien
algunos
CAPACIDADES MOTRICES
y su
IMPORTANCIA
REGLAS BASICAS
TIPOS DE CULTURA FISICA

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: **7º** **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FUTBOL**
COGNITIVA: ¿Cuál es la importancia del buen manejo del taco y la marcha atlética?
PERSONAL: Porque es muy útil el saber manejar el taco en la salida.
SOCIAL: Valoro los conocimientos técnicos para la marcha atlética.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E, PEDAGÓGICAS DE APOYO
FUTBOL	**C. Motriz:** Combino las teorías y tácticas de movimientos en diversas situaciones y contextos. **C. Expresiva Corporal:** Comprendo diferentes técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones. **C. axiológica Corporal**: Comprendo el valor que tiene la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Reconozco la importancia de la práctica del futbol como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de la técnica para la recepción del balón en movimiento **Propositiva:** Explicó por medio de un resumen la u importancia del futbol	**Cognitivo:** Identifico el origen y evolución del futbol **Personal:** Elaboro un resumen sobre la influencia de la responsabilidad para el logro de las metas deportivas **Social:** Se preocupa por leer textos relacionados con la salud física y mental	Explico mediante una exposición la historia, evolución y beneficios de la práctica del futbol.

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL TEORIA DEPORTIVA 8
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
consultamos
y la
HISTORIA EVOLUCION
ALIMENTACION SALUDABLE
y
vemos
REGLAS BASICAS
SOBREPESO
BENEFICIOS DEL EJERCICIO
algo de
y los
HISTORIA REGLAS BASICAS
RIESGOS DE LA ACTIVIDAD FISICA
MOVIIENTOS LOCOMOTORES Y NO LOCOMOTORES
vemos
y el
y la
HISTORIA Y EVALUCION
SEDENTARISMO
ALIMENTACION SALUDABLE
consultamos
y las
HISTORIA Y EVOLUCION
RAMAS DE LA CULTURA FISICA
y la
SALUD DEPORTIVA

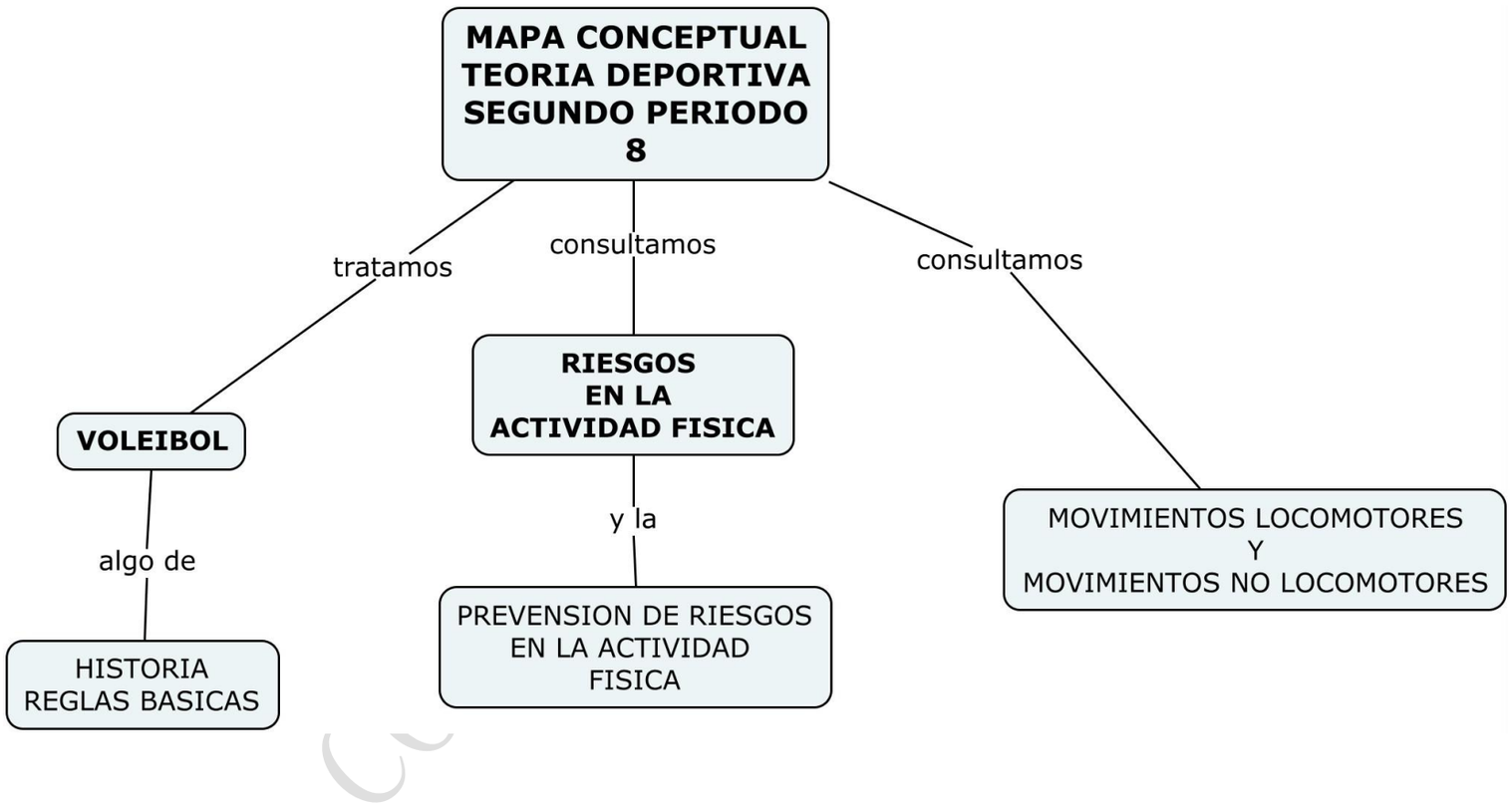

MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA PRIMER PERIODO 8
vemos
consultamos
vemos
ATLETISMO
algunas
GENERALIDADES: HISTORIA ORGIEN EVOLUCION
y
REGLAS BASICAS
ALIMENTACION SALUDABLE
y el
SOBREPESO
algunas
GENERALIDADES
IMPORTANCIA Y BENEFICIOS DEL EJERCICIO

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO:** 8º **PERIODO:** I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**
COGNITIVA: Como incide los Ejercicios Gimnásticos para mi salud y bienestar.
PERSONAL: Como influye la Gimnasia en mi desarrollo corporal
SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de la gimnasia para ejecutar diversos ejercicios.

E. DE APRENDIZAJE	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO: Saltos de Longitud Salto Triple Salto Alto Salto de pértiga	**C. Motriz:** Comprendo la importancia de realizar los saltos técnicamente en atletismo **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal**: Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico de manera teórica las diversas formas y estrategias para la realización del tanque y media Luna. **Propositivas:** Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo:** Determino las características de una pista atlética **Personal:** Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. **Social:** Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Explico Teóricamente como es la técnica para los diferentes saltos en atletismo y su reglamentacion

COPIA CONTROLADA

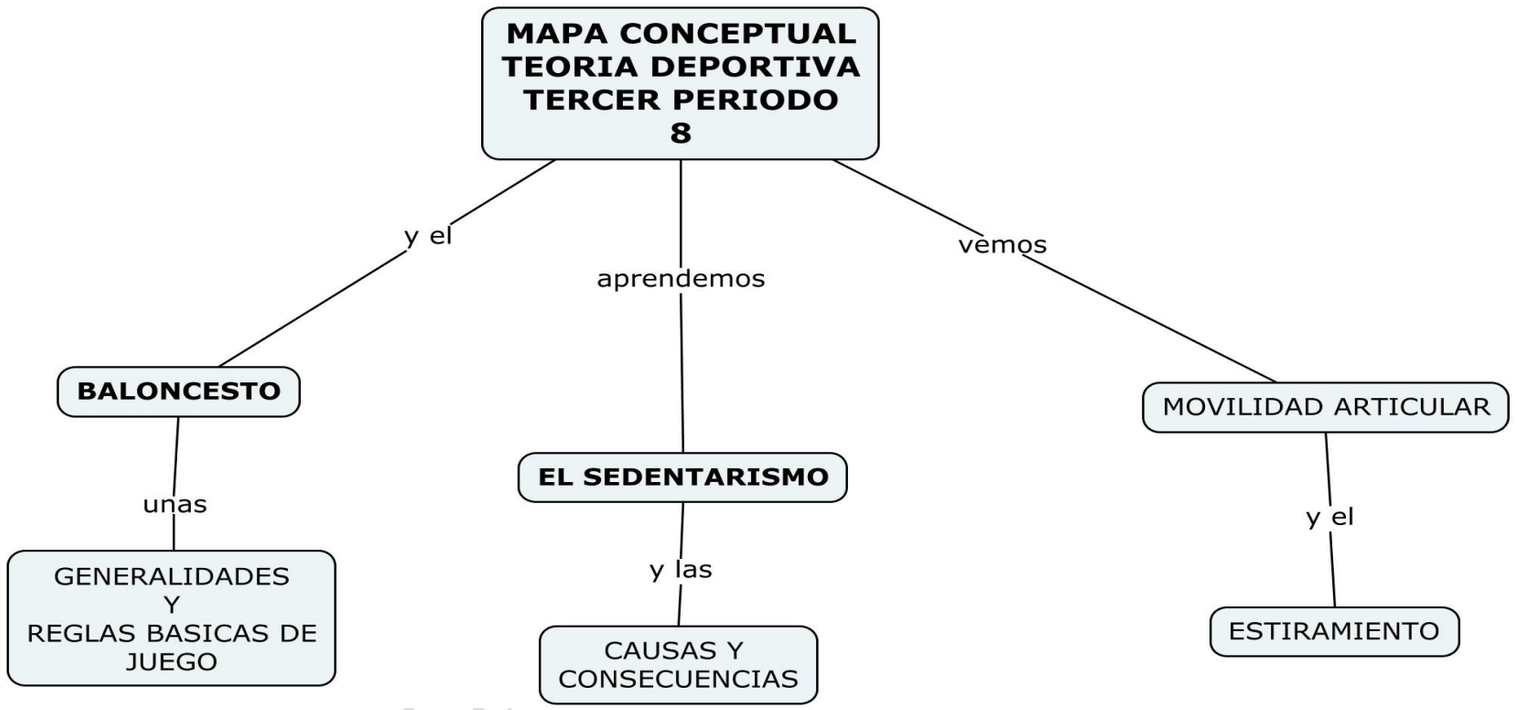
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA SEGUNDO PERIODO 8
tratamos
consultamos
consultamos
VOLEIBOL
RIESGOS EN LA ACTIVIDAD FISICA
MOVIMIENTOS LOCOMOTORES Y MOVIMIENTOS NO LOCOMOTORES
algo de
y la
HISTORIA REGLAS BASICAS
PREVENSION DE RIESGOS EN LA ACTIVIDAD FISICA

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 8º **PERIODO:** II **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incido la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influyo el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia conocer las diversas formas de hacer ejercicio como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

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

COPIA CONTROLADA

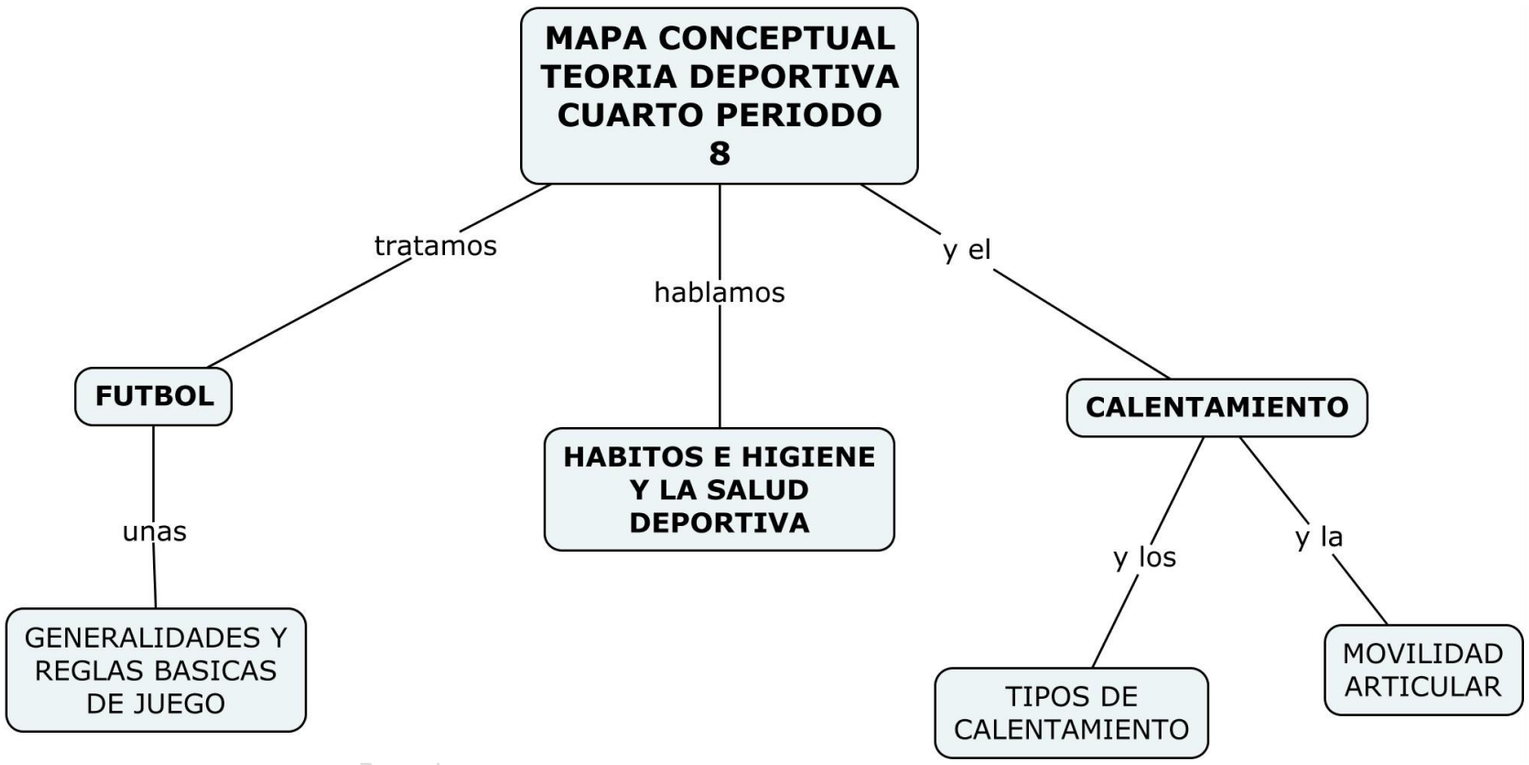

MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
TERCER PERIODO
8
y el
aprendemos
vèmos
BALONCESTO
EL SEDENTARISMO
MOVILIDAD ARTICULAR
unas
y las
y el
GENERALIDADES
Y
REGLAS BASICAS DE
JUEGO
CAUSAS Y
CONSECUENCIAS
ESTIRAMIENTO

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 8º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer el reglamento del baloncesto para mejorar en las practicas

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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA

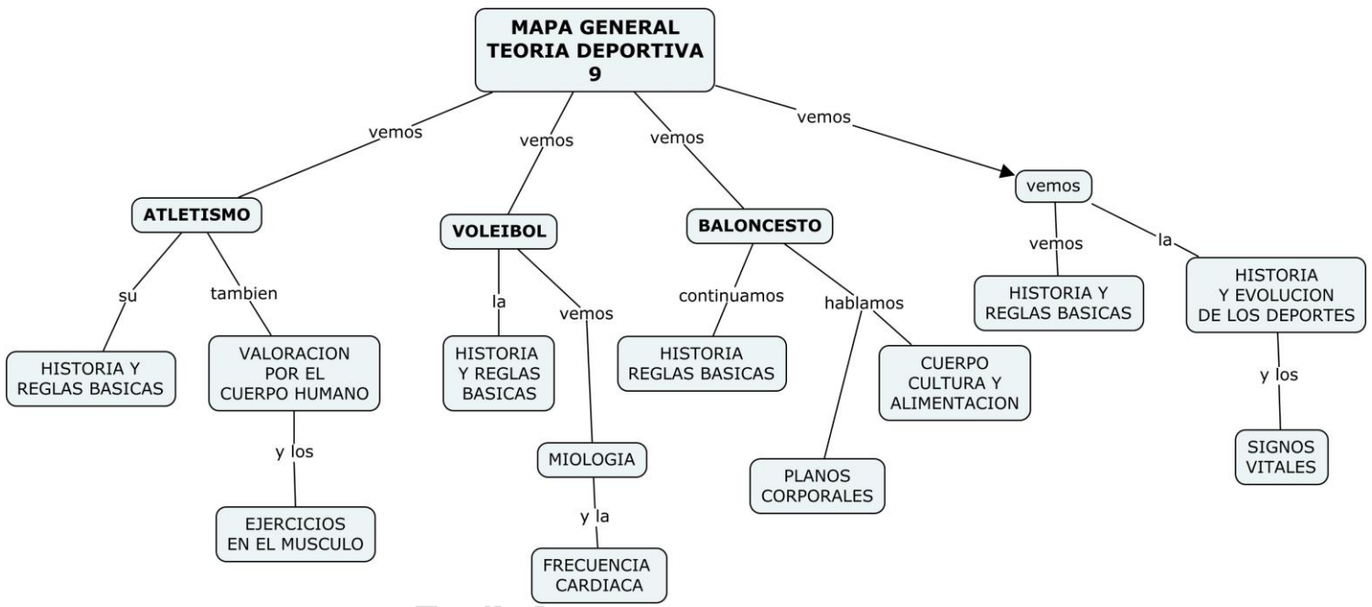

MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA CUARTO PERIODO 8
tratamos
hablamos
y el
FUTBOL
HABITOS E HIGIENE Y LA SALUD DEPORTIVA
CALENTAMIENTO
unas
y los
y la
GENERALIDADES Y REGLAS BASICAS DE JUEGO
TIPOS DE CALENTAMIENTO
MOVILIDAD ARTICULAR

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO** 8º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FÚTBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la teoría deportiva como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo.

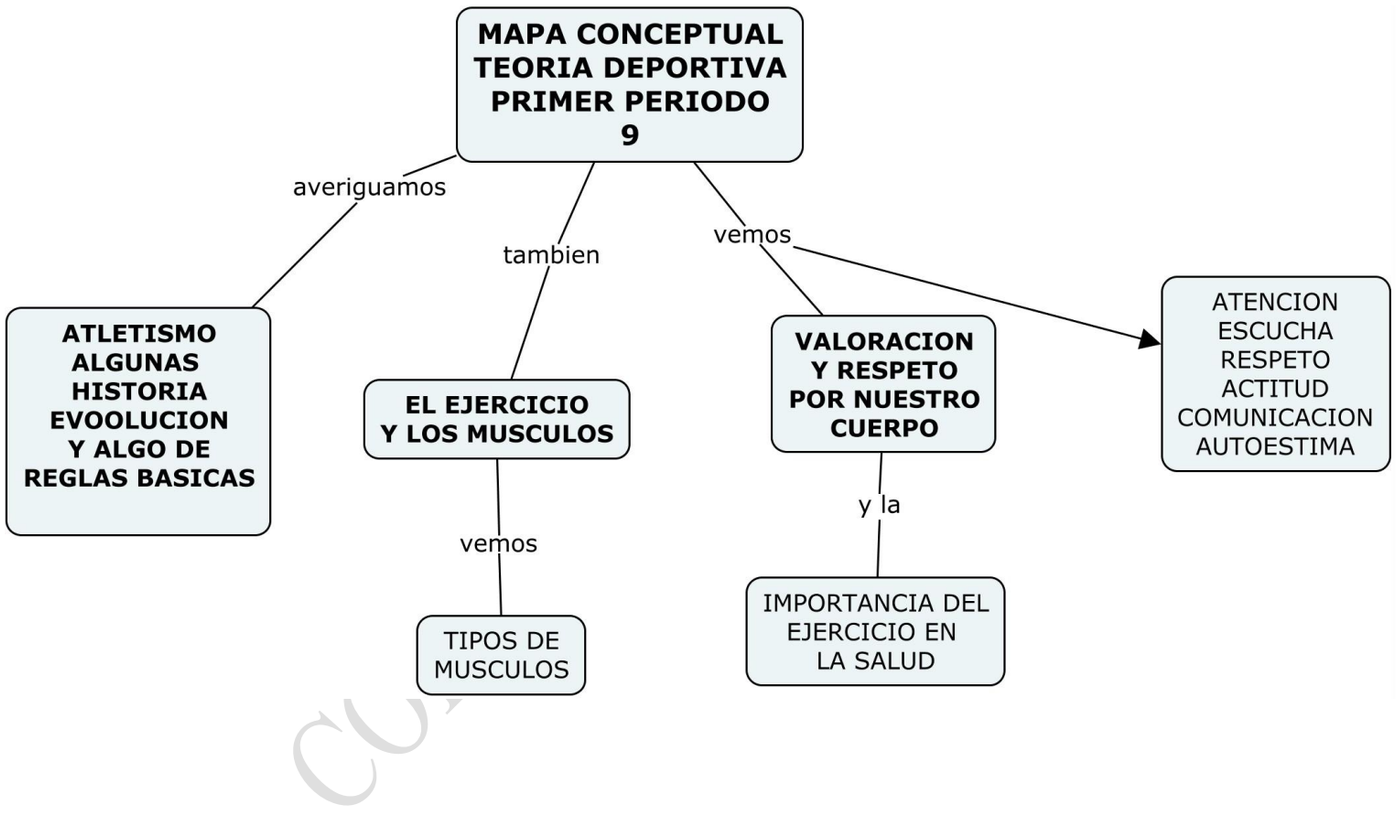
U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	**C. Expresiva Motriz**: Comprendo técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución. **C. Expresiva Corporal**:Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL TEORIA DEPORTIVA 9
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
vemos
su
tambien
la
vemos
continuamos
hablamos
vemos
la
HISTORIA Y REGLAS BASICAS
VALORACION POR EL CUERPO HUMANO
HISTORIA Y REGLAS BASICAS
MIOLOGIA
HISTORIA REGLAS BASICAS
CUERPO CULTURA Y ALIMENTACION
HISTORIA Y REGLAS BASICAS
HISTORIA Y EVOLUCION DE LOS DEPORTES
y los
y los
y la
PLANOS CORPORALES
SIGNOS VITALES
EJERCICIOS EN EL MUSCULO
FRECUENCIA CARDIACA

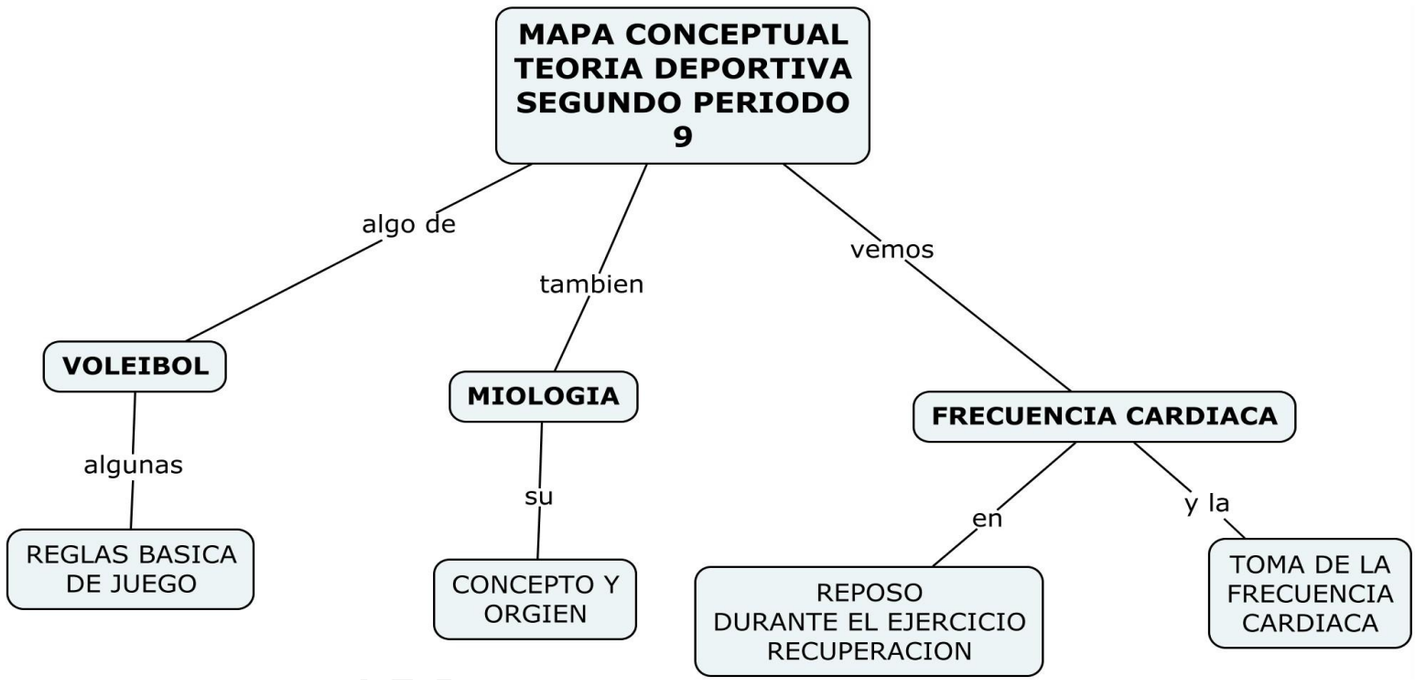
COPIA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA PRIMER PERIODO 9
averiguamos
tambien
vemos
ATLETISMO ALGUNAS HISTORIA EVOOLUCION Y ALGO DE REGLAS BASICAS
EL EJERCICIO Y LOS MUSCULOS
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
ATENCION ESCUCHA RESPETO ACTITUD COMUNICACION AUTOESTIMA
vemos
y la
TIPOS DE MUSCULOS
IMPORTANCIA DEL EJERCICIO EN LA SALUD

AREA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 9º **PERIODO:** I **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**.
COGNITIVA: Como inciden los Ejercicios del atletismo para mi salud y bienestar.
PERSONAL: Como influye el atletismo en mi desarrollo corporal
SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de los Ejercicios en Atlétismo como Beneficio para ejecutar ejercicios.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO: Carreras de Medio fondo, Fondo, Gran fondo y la Marcha Atlética.	**C. Expresivo Motriz**: Selecciona técnicas de movimientos para perfeccionar mi ejecución en ejercicios aplicados a las carreras en el atletismo. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos. **C. axiológica Corporal:** Tomo decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal	**Interpretativa**: Identifico la importancia del atletismo en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y estrategias para la realización del Yuste, Arco y Puente. **Propositivas**: Presento diversas alternativas para el aprendizaje.	**Cognitivo**: Identifica lo conceptos básicos del atletismo. **Personal:** Elabora un resumen sobre flexibilidad y equilibrio. **Social:** Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada con mis condiciones personales	Por medio de una exposición y con ayuda de cartelera explico las diferentes carreras en el Atletismo y establece las diferencias entre cada una de ellas en cuanto a su reglamentación.

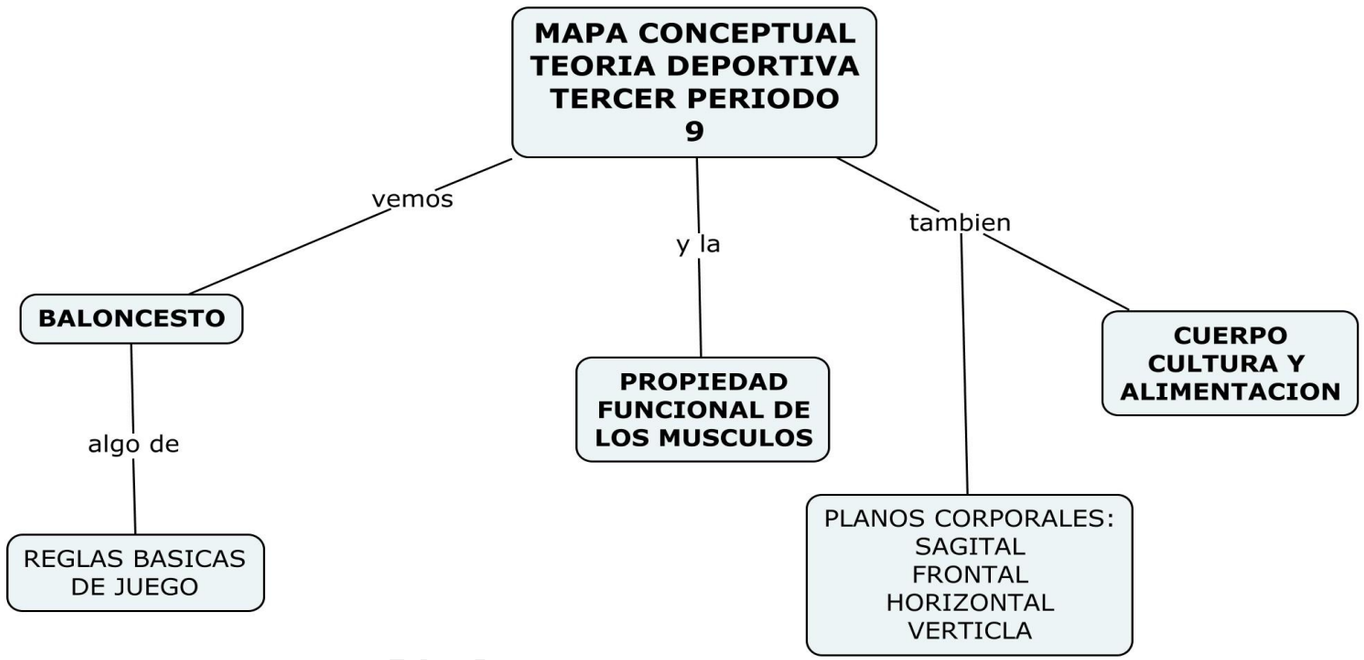
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA SEGUNDO PERIODO 9
algo de
tambien
vemos
VOLEIBOL
MIOLOGIA
FRECUENCIA CARDIACA
algunas
su
en
y la
REGLAS BASICA DE JUEGO
CONCEPTO Y ORGIEN
REPOSO DURANTE EL EJERCICIO RECUPERACION
TOMA DE LA FRECUENCIA CARDIACA

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 9º **PERIODO**: II **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la conocer las técnicas del voleibol para mejorar en las practicas

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

COPIA CONTROLADA

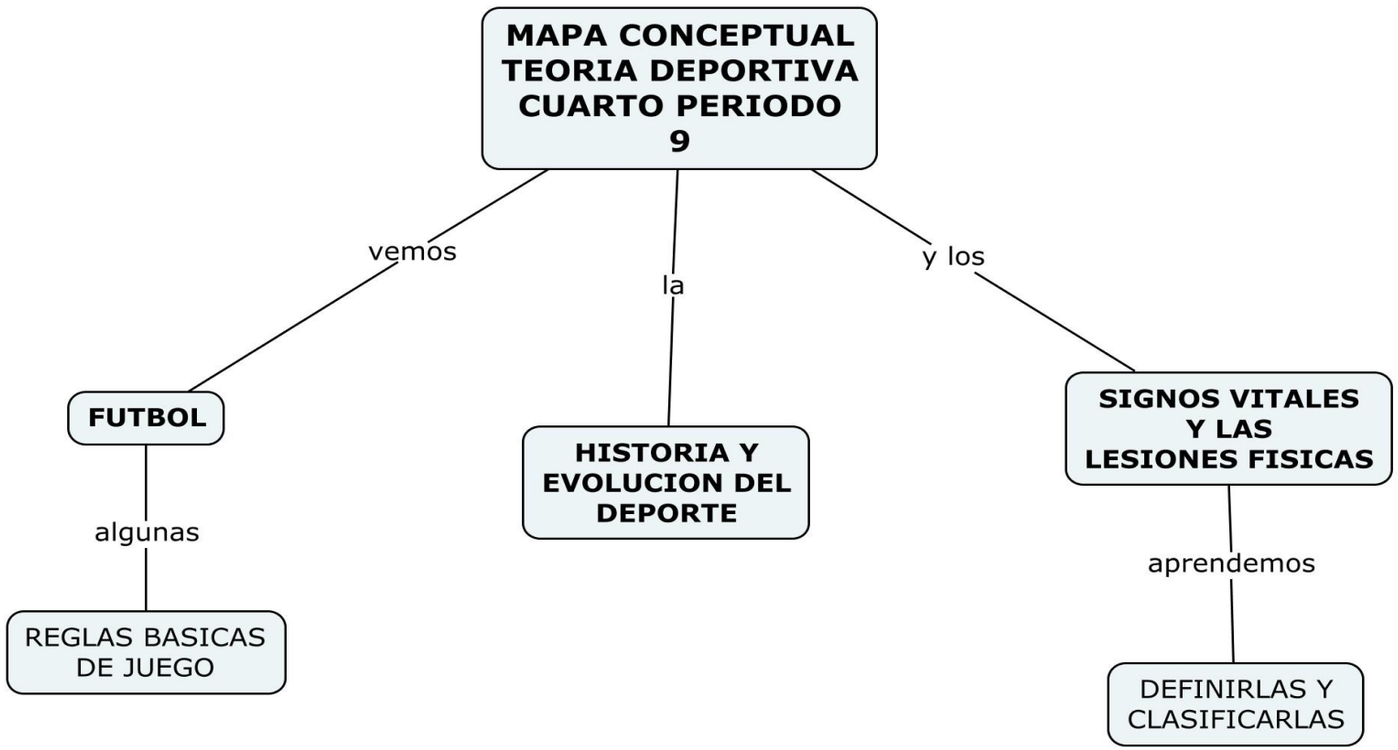

MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA TERCER PERIODO 9
vemos
y la
tambien
BALONCESTO
algo de
REGLAS BASICAS DE JUEGO
PROPIEDAD FUNCIONAL DE LOS MUSCULOS
PLANOS CORPORALES: SAGITAL FRONTAL HORIZONTAL VERTICLA
CUERPO CULTURA Y ALIMENTACION

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 9º **PERIODO:** III **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de las técnicas de baloncesto para practicarlo.

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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA CUARTO PERIODO 9
vemos
la
y los
FUTBOL
HISTORIA Y EVOLUCION DEL DEPORTE
SIGNOS VITALES Y LAS LESIONES FISICAS
algunas
aprendemos
REGLAS BASICAS DE JUEGO
DEFINIRLAS Y CLASIFICARLAS

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 9º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FÚTBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar?
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer las técnicas del futbol como Beneficio para practicas

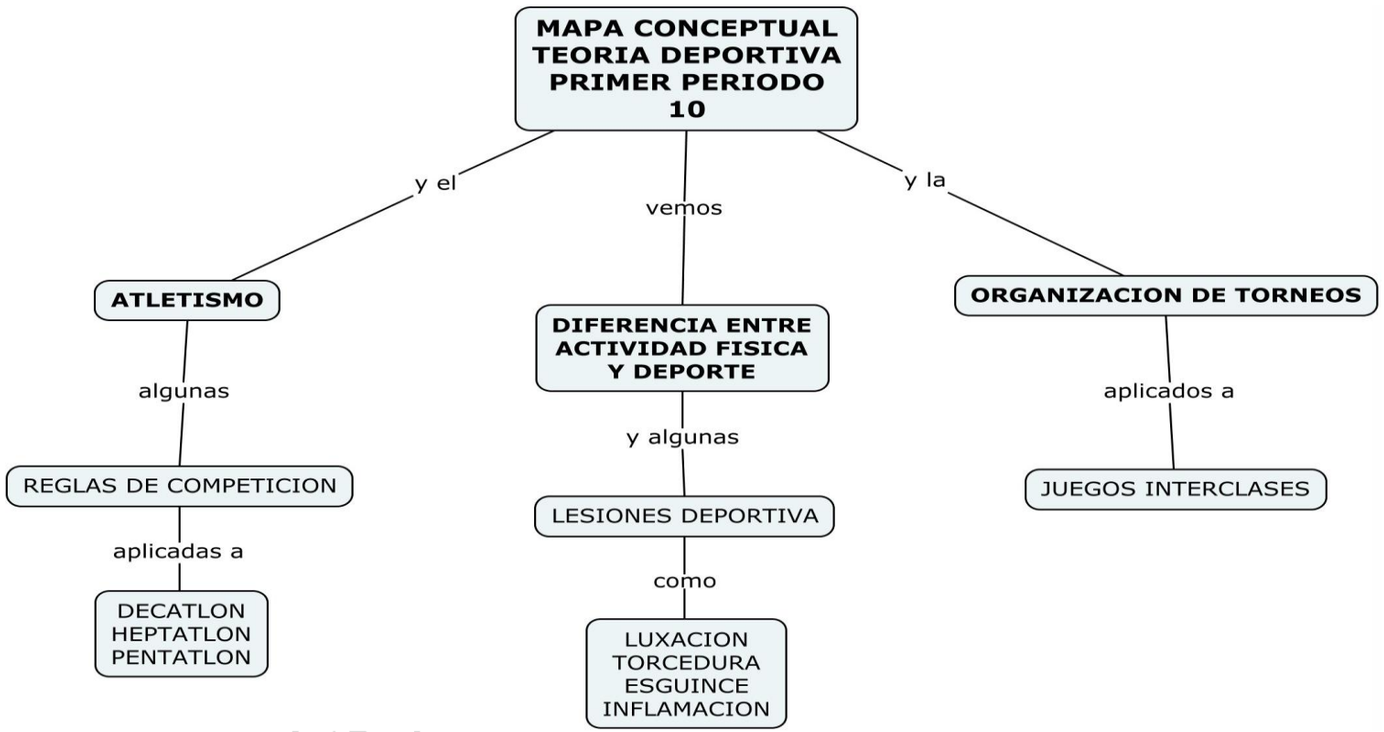
U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	**C. Expresivo Motriz:** Comprendo la importancia de saber tomar los signos vitales. **C. Expresiva Corporal**: Selecciona las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos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

COPIA CONTROLADA

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL TEORIA DEPORTIVA 10
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
investigamos
tambien
como
seguimos
y la
continuamos
algunos
vemos
la
HISTORIA REGLAS DE COMPETENCIA
LAS LESIONES
ORGANIZAR TORNEOS CORTOS
HISTORIA REGLAS BASICAS DE JUEGO
CULTURA FISICA Y EL DEPORTE
HISTORIA REGLAS DE JUEGO
TIPOS DE EJERCICIOS FISICOS
REGLAS BASICA DE JUEGO
ANATOMIA HUMANA
apllicados a
JUEGOS INTERCLASES
vemos
EJERCICIO Y DEPORTE
y
TRABAJO EN EQUIPO Y EQUIPO DE TRABAJO
aplicados a
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
condicionada a
CAPACIDADES CONDICIONALES Y CAPACIDADES COORDINATIVAS

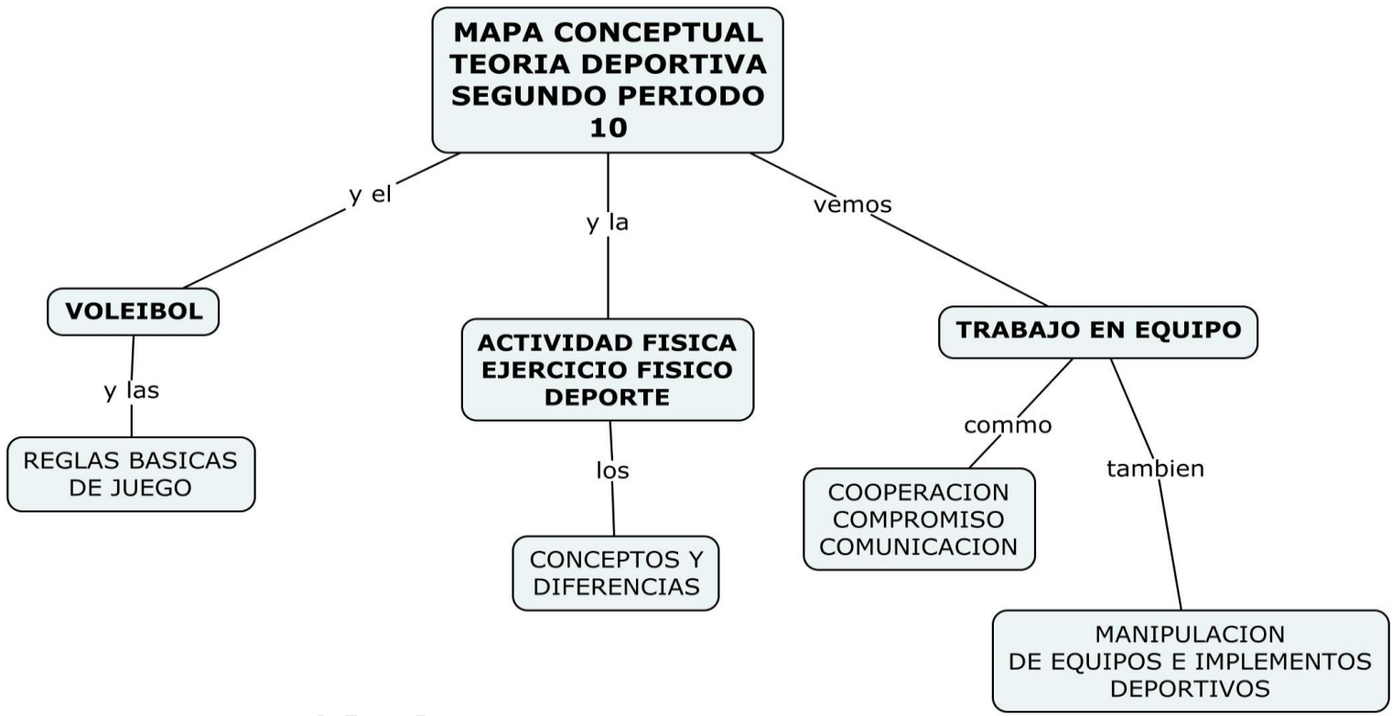
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA PRIMER PERIODO 10
y el
vemos
y la
ATLETISMO
DIFERENCIA ENTRE ACTIVIDAD FISICA Y DEPORTE
ORGANIZACION DE TORNEOS
algunas
y algunas
aplicados a
REGLAS DE COMPETICION
LESIONES DEPORTIVA
JUEGOS INTERCLASES
aplicadas a
como
DECATLON
HEPTATLON
PENTATLON
LUXACION
TORCEDURA
ESGUINCE
INFLAMACION

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 10º **PERIODO**: I **TIEMPO**: 10 Semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**
COGNITIVA: ¿Qué importancia tiene en el atletismo los lanzamientos de disco e impulsión de la bala?
PERSONAL: ¿Cómo aprovecho el conocimiento teórico de la metodología de lanzamiento para un mejor logro deportivo?
SOCIAL: Valoro la importancia de la técnica de lanzamientos para mejores resultados deportivos.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO: **Lanzamientos:** **De Bala** **De Jabalina** **De Disco** **De Martillo**	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal**: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas:** Presento diverso un resumen sobre la importancia que tiene la coordinación y la comunicación en los juegos de conjunto	**Cognitivo**: Identifica los conceptos teóricos de fuerza, resistencia y velocidad. **Personal:** Identifico mis fortalezas para controlar los segmentos corporales donde mejoro mi desempeño físico y mental. **Social**: Manifiesto habilidades sociales como trabajo en equipo, comunicación, coordinación y colaboración.	Explico los conceptos de lanzamientos e impulsiones del disco y la bala como la reglamentación que rige estas dos pruebas.

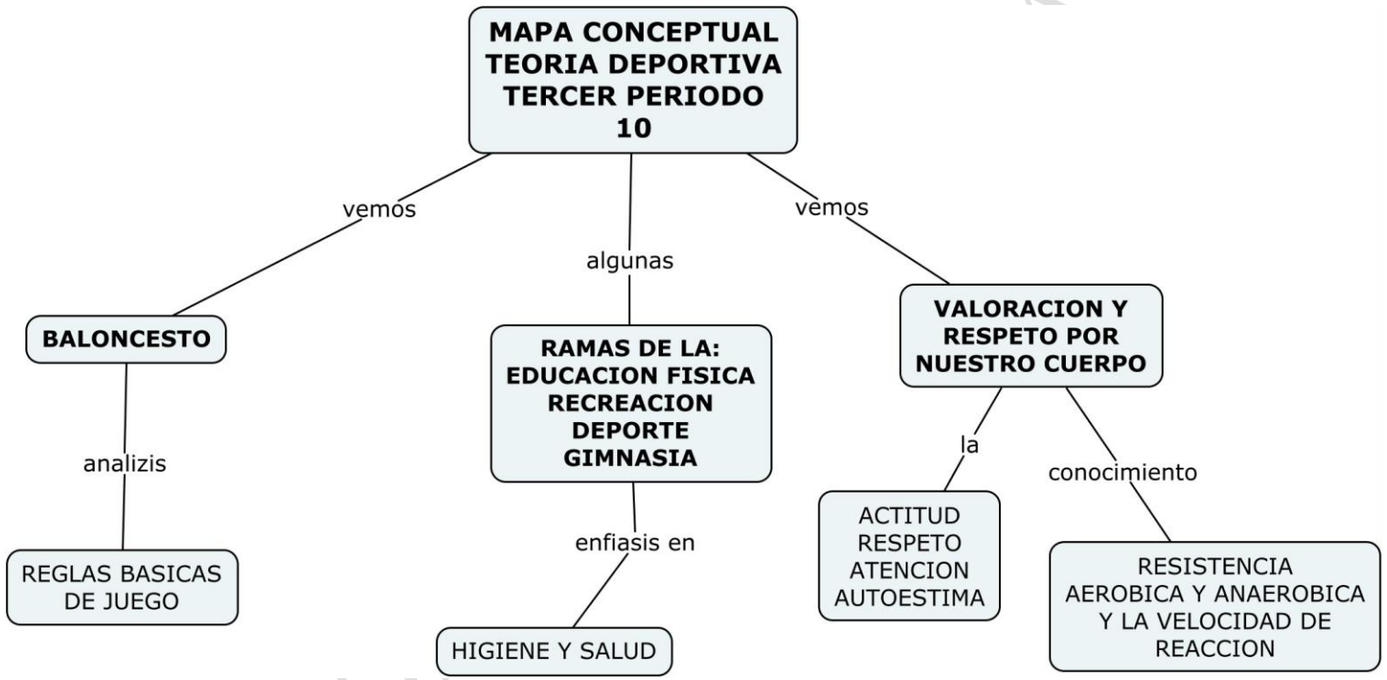
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA SEGUNDO PERIODO 10
y el
y la
vèmos
VOLEIBOL
y las
REGLAS BASICAS DE JUEGO
ACTIVIDAD FISICA EJERCICIO FISICO DEPORTE
los
CONCEPTOS Y DIFERENCIAS
TRABAJO EN EQUIPO
commo
tambien
COOPERACION COMPROMISO COMUNICACION
MANIPULACION DE EQUIPOS E IMPLEMENTOS DEPORTIVOS

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

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
VOLEIBOL	**C. Expresivo Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física fundamentos técnicos y tácticos. **C. Expresiva Corporal:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	**Interpretativa**: Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa**: Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositiva:** Reconozco la importancia del reglamento en cada deporte	**Cognitivo:** Reconoce la importancia de la cooperación en los juegos de conjunto. **Personal:** Conoce la historia del voleibol. **Social:** Identifico hábitos de comportamiento saludable para el adecuado desarrollo de la actividad física	Explico el reglamento del voleibol Explico por medio de una exposición la importancia de la cooperación, compromiso y comunicación en los deportes de conjunto

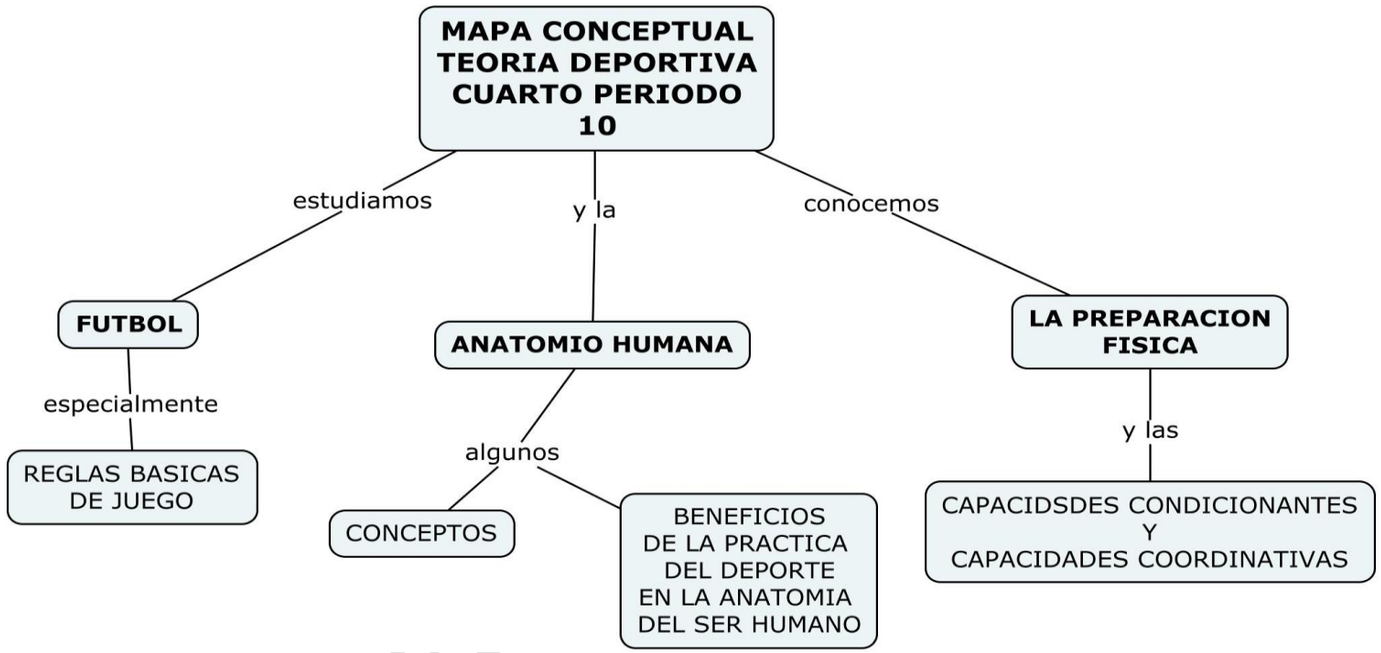
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA TERCER PERIODO 10
vemos
algunas
vemos
BALONCESTO
RAMAS DE LA: EDUCACION FISICA RECREACION DEPORTE GIMNASIA
VALORACION Y RESPETO POR NUESTRO CUERPO
analizis
enfiasis en
la
conocimiento
REGLAS BASICAS DE JUEGO
HIGIENE Y SALUD
ACTITUD RESPETO ATENCION AUTOESTIMA
RESISTENCIA AEROBICA Y ANAEROBICA Y LA VELOCIDAD DE REACCION

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 10º **PERIODO**: III **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer el reglamento del baloncesto y su importancia en un partido

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

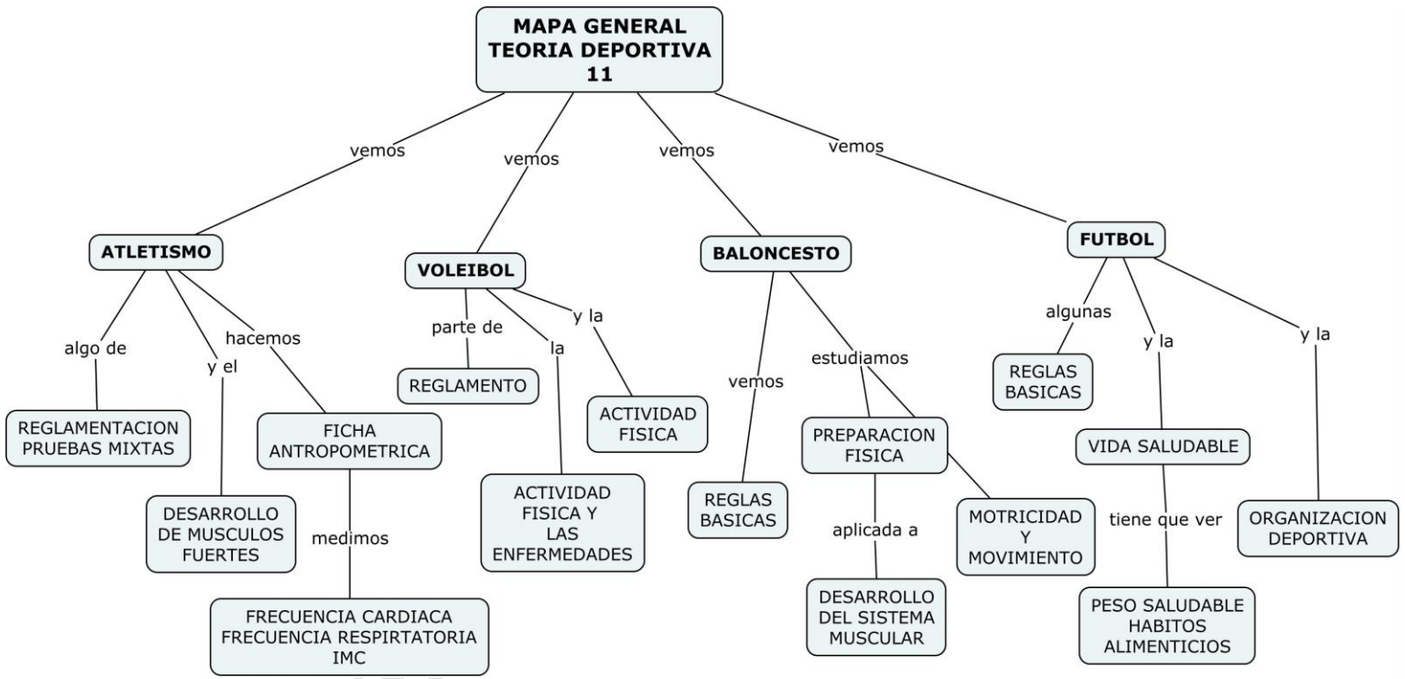
COPIA CONTROLADA

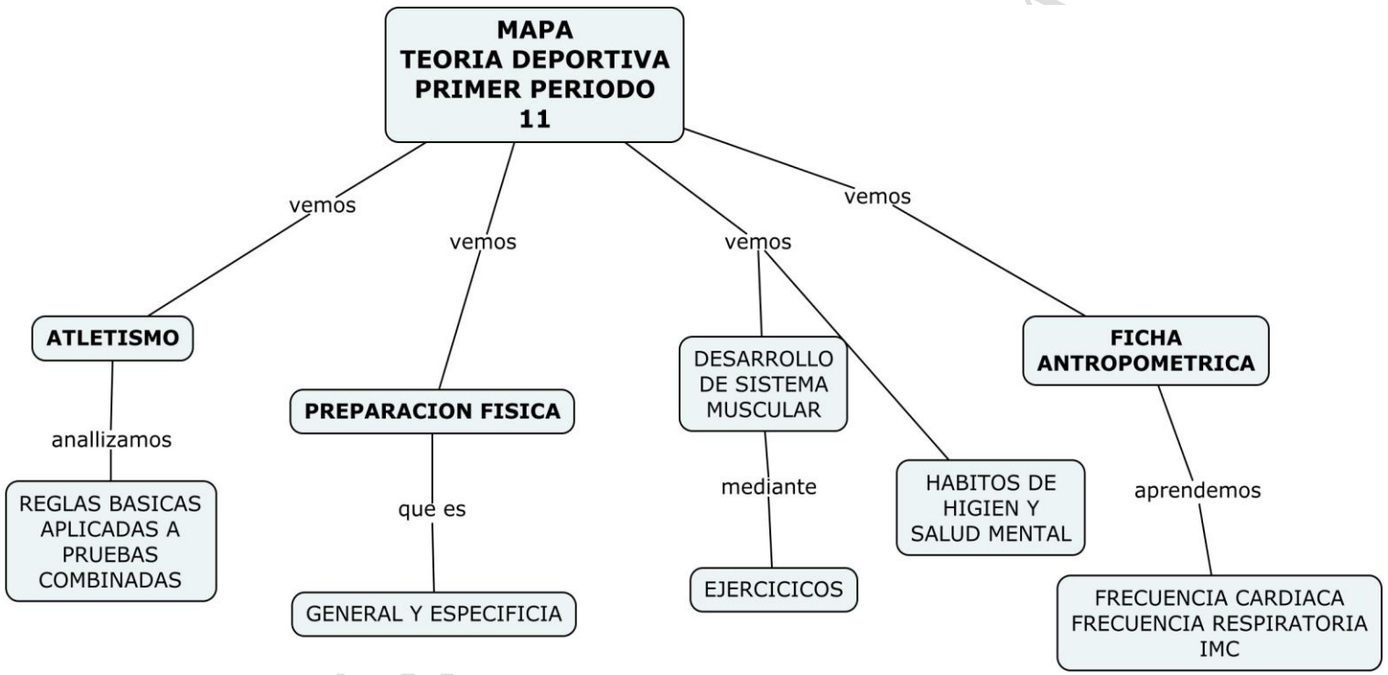

MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
CUARTO PERIODO
10
estudiamos
y la
conocemos
FUTBOL
ANATOMIO HUMANA
LA PREPARACION FISICA
especialmente
algunos
y las
REGLAS BASICAS DE JUEGO
CONCEPTOS
BENEFICIOS DE LA PRACTICA DEL DEPORTE EN LA ANATOMIA DEL SER HUMANO
CAPACIDSDES CONDICIONANTES Y CAPACIDADES COORDINATIVAS

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO:** 10º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: **FUTBOL**.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia conocer el reglamento del futbol para las practicas.

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

COPIA CONTROLADA


MAPA GENERAL TEORIA DEPORTIVA 11
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
VOLEIBOL
BALONCESTO
FUTBOL
algo de
hacemos
y el
parte de
la
y la
vemos
estudiamos
algunas
y la
y la
REGLAMENTACION PRUEBAS MIXTAS
DESARROLLO DE MUSCULOS FUERTES
FICHA ANTROPOMETRICA
REGLAMENTO
ACTIVIDAD FISICA Y LAS ENFERMEDADES
ACTIVIDAD FISICA
REGLAS BASICAS
PREPARACION FISICA
REGLAS BASICAS
VIDA SALUDABLE
ORGANIZACION DEPORTIVA
medimos
aplicada a
tiene que ver
FRECUENCIA CARDIACA FRECUENCIA RESPIRTATORIA IMC
DESARROLLO DEL SISTEMA MUSCULAR
MOTRICIDAD Y MOVIMIENTO
PESO SALUDABLE HABITOS ALIMENTICIOS

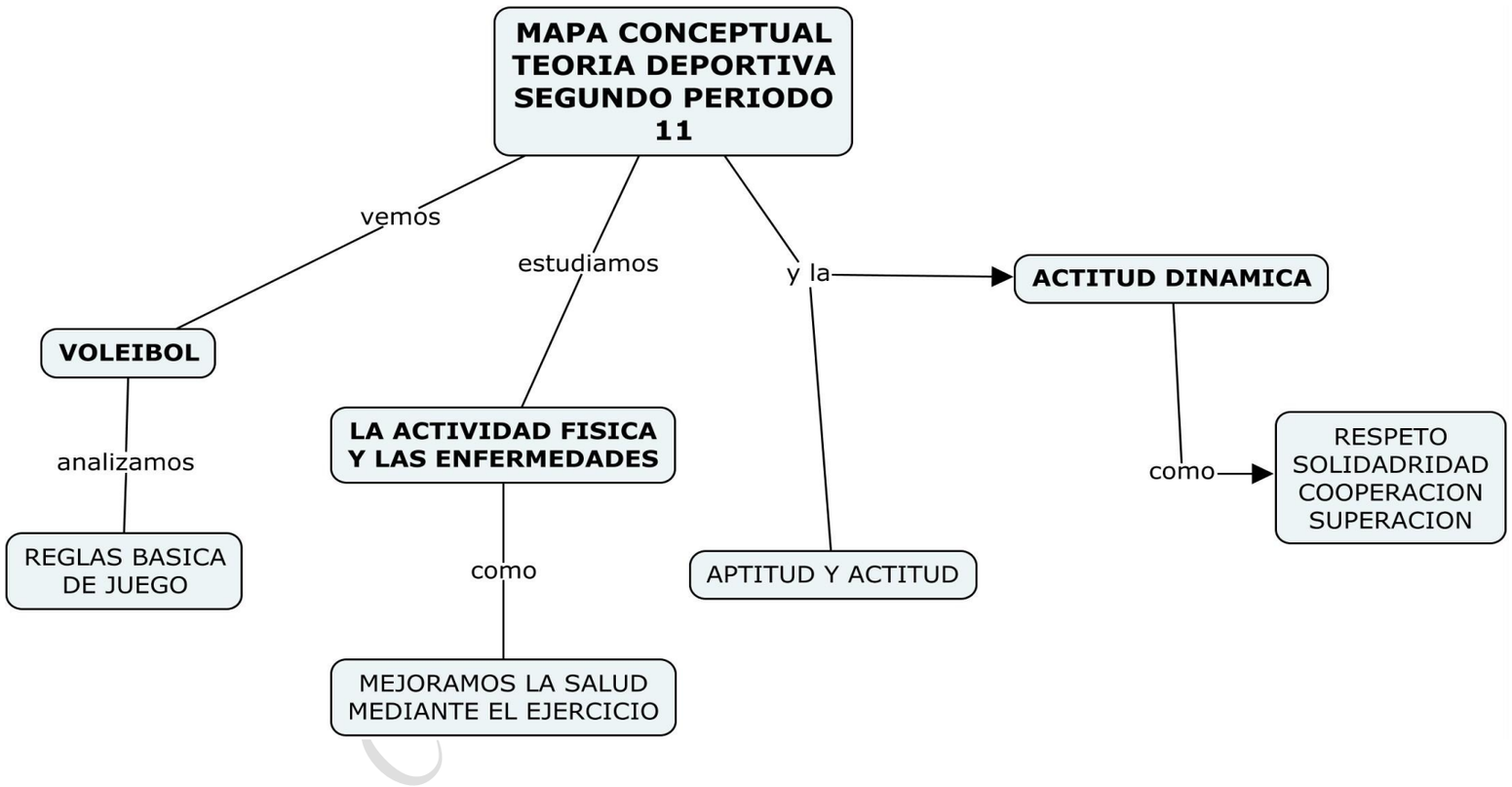

MAPA
TEORIA DEPORTIVA
PRIMER PERIODO
11
vemos
vemos
vemos
vemos
ATLETISMO
PREPARACION FISICA
DESARROLLO DE SISTEMA MUSCULAR
FICHA ANTROPOMETRICA
anallizamos
que es
mediante
aprendemos
REGLAS BASICAS APLICADAS A PRUEBAS COMBINADAS
GENERAL Y ESPECIFICIA
EJERCICICOS
HABITOS DE HIGIEN Y SALUD MENTAL
FRECUENCIA CARDIACA
FRECUENCIA RESPIRATORIA
IMC

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO:** 11º **PERIODO**: I **TIEMPO:** :10 Semanas
EJE GENERADOR: **ATLETISMO**
COGNITIVA: ¿Cuáles son los procedimientos técnicos para un buen lanzamiento de la jabalina?
PERSONAL: ¿Cómo incide en rendimiento una buena ejecución de lanzamiento?
SOCIAL: Identifico claramente la importancia de una buena técnica para mejores resultados deportivos.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
ATLETISMO: Pruebas Combinadas: Decatlón Heptatlón	**C. Motriz:** Aplico a mi proyecto de actividad física el test de cooper. **C. Expresiva Corporal:** Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal:** Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo	**Interpretativa:** Reconozco la importancia del atletismo como beneficio para la salud. **Argumentativa:** Identifico posibles causas de errores en el aprendizaje de los gestos de la técnica de lanzamiento de la jabalina. **Propioceptiva**: Expreso entusiasmo en las actividades propuestas en clase por el docente	**Cognitivo:** Identifica las diferentes modalidades del atletismo de Campo y pista. **Personal:** Valora y reconoce el Trabajo aeróbico y anaeróbico. **Social:** Reconozco mis destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas. (lanzamiento, Carreras, Saltos y relevos)	Explico la importancia de conocer las diferentes pruebas que se practican en el decatlón y/o heptatlón, como el reglamento que las rige.

COPIA CONTROLADA

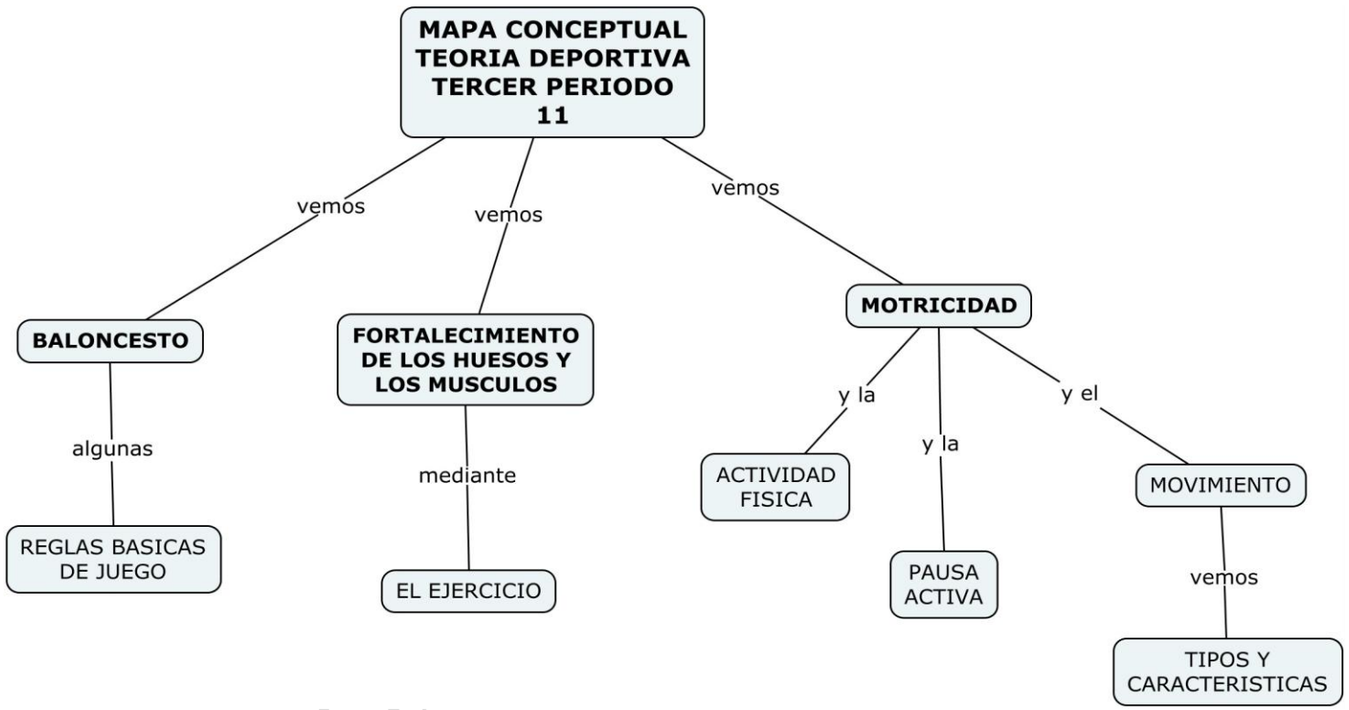
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA SEGUNDO PERIODO 11
vemos
estudiamos
y la
ACTITUD DINAMICA
VOLEIBOL
LA ACTIVIDAD FISICA Y LAS ENFERMEDADES
analizamos
como
RESPETO SOLIDADRIDAD COOPERACION SUPERACION
REGLAS BASICA DE JUEGO
como
APTITUD Y ACTITUD
MEJORAMOS LA SALUD MEDIANTE EL EJERCICIO

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 11º **PERIODO:** II **TIEMPO**: 10 Semanas
EJE GENERADOR: **VOLEIBOL**.
COGNITIVA ¿Cómo incide la práctica del voleibol como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de la práctica del voleibol como Beneficio para la Salud y el Desarrollo de mi cuerpo

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

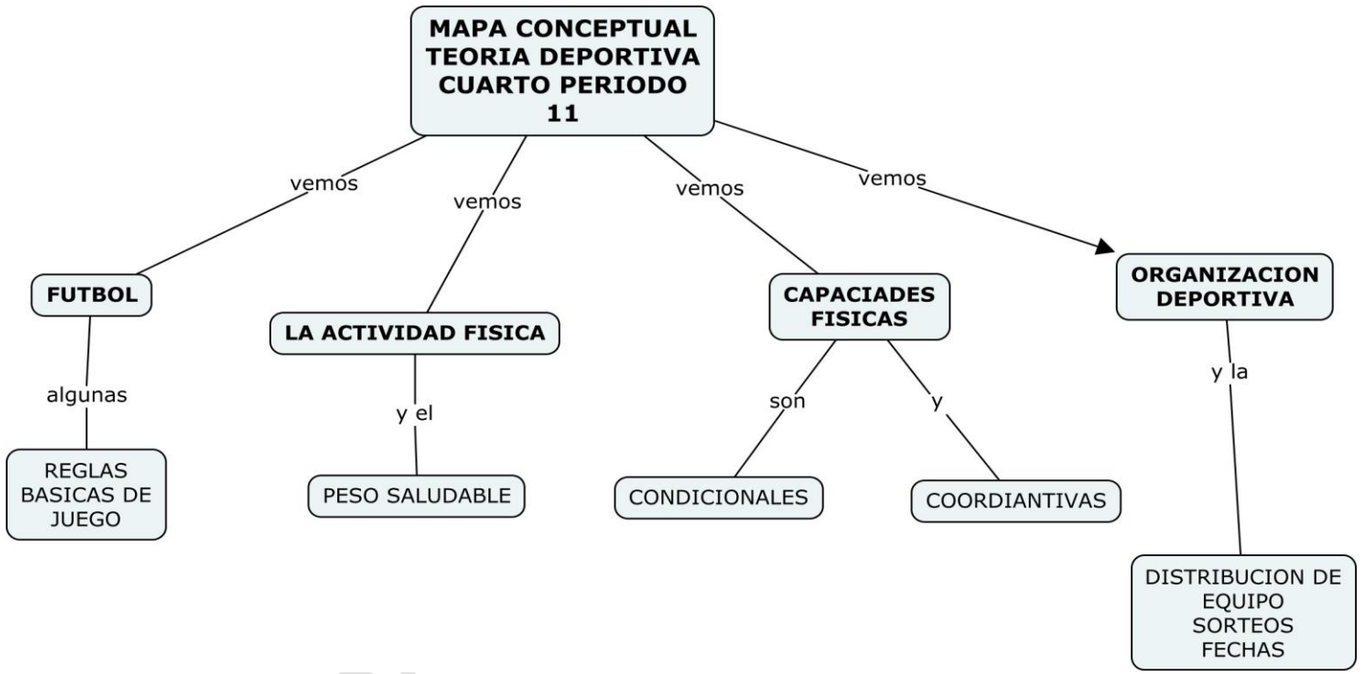
COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL TEORIA DEPORTIVA TERCER PERIODO 11
vemos
vemos
vemos
BALONCESTO
FORTALECIMIENTO DE LOS HUESOS Y LOS MUSCULOS
MOTRICIDAD
algunas
mediante
y la
y la
y el
REGLAS BASICAS DE JUEGO
EL EJERCICIO
ACTIVIDAD FISICA
PAUSA ACTIVA
MOVIMIENTO
vemos
TIPOS Y CARACTERISTICAS

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 11º **PERIODO**: III **TIEMPO:** 10 semanas
EJE GENERADOR: **BALONCESTO**
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del baloncesto como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL: Valoro la importancia de conocer las técnicas y el reglamento de voleibol para mejorar las practicas

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

COPIA CONTROLADA


MAPA CONCEPTUAL
TEORIA DEPORTIVA
CUARTO PERIODO
11
vemos
vemos
vemos
vemos
FUTBOL
LA ACTIVIDAD FISICA
CAPACIADES FISICAS
ORGANIZACION DEPORTIVA
algunas
y el
son
y
y la
REGLAS BASICAS DE JUEGO
PESO SALUDABLE
CONDICIONALES
COORDIANTIVAS
DISTRIBUCION DE EQUIPO
SORTEOS
FECHAS

ASIGNATURA: **TEORÍA DEPORTIVA** **GRADO**: 11º **PERIODO**: IV **TIEMPO**: 10 semanas
EJE GENERADOR: FÚTBOL.
COGNITIVA: ¿Cómo incide la práctica del Fútbol como deporte para mi Salud y Bienestar
PERSONAL: ¿Cómo influye el deporte en mi Desarrollo Corporal?
SOCIAL Valoro la importancia de conocer las técnicas y reglamento del futbol para mejorar en las prácticas deportivas.

U. TEMATICA	C. ESPECIFICAS O DBA	NIVEL DE COMPETENCIA	E. DE APRENDIZAJE	E. PEDAGÓGICAS DE APOYO
FÚTBOL	**C. Motriz;** Comprendo los conceptos de reposo, pulso y frecuencia cardiaca **C. Expresiva Corpora**l: Elaboro diferentes estructuras de movimiento a partir del uso de expresión corporal, manifestación de emociones y pensamientos. **C. axiológica Corporal**: Aplico con autonomía los fundamentos de la actividad física que favorezcan el cuidado de sí mismo.	**Interpretativa:** Identifico la importancia del deporte en la formación del ser humano. **Argumentativa:** Explico las diversas formas y procesos para la realización de ejercicios para su dominio. **Propositivas:** Presento un ensayo sobre la importancia de la higiene en la salud	**Cognitivo**: Identifica los conceptos de pulso en reposo, pulso final y pulso de recuperación. **Personal**: Reconoce la importancia de la higiene en las prácticas deportivas. **Social**: Respeto las reglas de juego en cada práctica deportiva	Explico las técnicas y reglamento del futbol Realizo una exposición explicando la importancia de la capacidad coordinativa y la capacidad condicional

COPIA CONTROLADA