

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

Facultad de Teología

Licenciatura en Educación Teología



HOMOGENIZACIÓN DE LAS GUÍAS CURRICULARES PARA EL ÁREA DE  
EDUCAION FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

Preparada por  
José Vásquez  
Everson Bautista

Medellín, Colombia

2007



## RECONOCIMIENTO Y DEDICATORIA

A Dios, por su infinito amor y misericordia y por la grata oportunidad de permitir la realización de este proyecto de investigación.

A nuestros padres y demás familiares y amigos por su apoyo incondicional.

Al Departamento de Educación de la Unión Colombiana en cabeza del Dr. Juan Alberto Díaz.

A la UNAC por la oportunidad de formar parte de su cuerpo de estudiantes y futuros profesionales de la facultad de Teología.

A todos los docentes que tuvieron a bien colaborar con el proceso de investigación...

...Pero especialmente a Leidy Tatiana Rueda por su ayuda incondicional y por su paciencia y tolerancia durante todo el proceso.

...A mi madre y a mi padre que me han apoyado con sus oraciones y a la señora Ilda Rojas, quién me ha colaborado durante todo el proceso.

## DEDICATORIA

Al cuerpo de docentes del SEAC, para que su trabajo pueda ser un poco más fuerte eficiente, eficaz y homogéneo a lo largo y ancho del territorio colombiano.

## TABLA DE CONTENIDO

CAPÍTULO UNO- EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
El problema.	1
<i>Variables de estudio.</i>	1
Justificación.	2
Objetivos.	2
Delimitaciones.	3
Limitaciones.	4
CAPÍTULO DOS - MARCO TEÓRICO	5
Rastreo bibliográfico.	5
<i>Diseño curricular.</i>	6
<i>Planes y programas de estudios.</i>	6
<i>Grado.</i>	6
<i>Asignatura.</i>	7
<i>Eje temático.</i>	7
<i>Núcleo temático.</i>	7
<i>Competencias.</i>	7
<i>Estándar.</i>	8
<i>Actividades de aprendizaje.</i>	8
<i>Área.</i>	8
<i>Tiempo.</i>	9
<i>Valor cristiano.</i>	9
Fundamento legal para todas las áreas: ley 115.	9
Filosofía de la educación adventista del séptimo día.	15
La escuela primaria.	16
Conclusión.	17

CAPÍTULO TRES – METODOLOGÍA	18
Tipo de investigación – Bibliográfica.	18
<i>De desarrollo.</i>	18
Población.	19
Metodología.	20
Conclusión.	20
CAPÍTULO CUATRO-MATRIZ PARA EL AREA DE EDUCACION FISICA	21
Introducción	21
Base Filosófica Adventista Para la Educación Física	21
Marco legal de la educación física	24
Marco conceptual de educación física	25
<i>Fundamento Teórico de la Educación Física Recreación Y Deporte</i>	25
<i>Mensaje del ministro de educación</i>	28
Referentes conceptuales por el ministerio educación	30
<i>Fines de la educación de la educación física</i>	30
<i>Tendencias de la Educación Física por el Ministerio de Educación</i>	31
Objetivos de la educación física	32
Propósito de la educación física	34
Sociedad cultura y educación física	35
El papel de La Educación Física en Preescolar y Básica Primaria	37
Características del Aprendizaje de educación física Mencionadas por el Ministerio de Educación	38
La Estructura del Programa Comprende:	42
conclusión	161
lista de referencias	162

## Lista de tablas

Tabla 1. Estructura de los contenidos.	43
Tabla 2. Matriz propuesta para el área de educación física Grado 1°.	44
Tabla 3. Matriz propuesta para el área de educación física Grado 2°.	71
Tabla 4 Matriz propuesta para el área de educación física Grado 3°.	99
Tabla 5. Matriz propuesta para el área de educación física Grado 4°.	133
Tabla 6. Matriz propuesta para el área de educación física Grado 5°.	148

## RESUMEN DE PROYECTO DE GRADO

Corporación Universitaria Adventista

Facultad de Teología

Licenciatura en Educación (Teología)

HOMOGENIZACIÓN DE GUÍAS CURRICULARES PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES EN EL NIVEL DE BÁSICA PRIMARIA.

Integrantes: José Vásquez y Everson Bautista

Asesores: Dr. Juan Alberto Díaz. Director del Departamento de Educación de la Unión Colombiana.

MG. Gerver Pérez Pulido. Docente UNAC.

Fecha de terminación: 15 de octubre de 2007.

### Problema

Según los directivos de los colegios de alta calidad, de acuerdo con los resultados de las pruebas saber, los criterios de evaluación del Ministerio de Educación Nacional para las pruebas saber, de la filosofía educativa Adventista del Séptimo Día, es posible comparar y mejorar las áreas de educación establecidas por la ley 115: Ética y valores, Ciencias naturales

y educación ambiental, Ciencias sociales (Historia, Geografía, Constitución política), Educación artística, Educación física, Recreación y deportes, Matemáticas, Humanidades (Español e idiomas extranjeros) y Tecnología e informática en las instituciones educativas del nivel de básica primaria del SEAC durante el 2007?

### Método

La metodología que se utilizó en éste proyecto fue bibliográfica y de desarrollo, y tuvo como propósito articular en las guías curriculares, la teoría (marco teórico) con la realidad educativa (información recogida a través del instrumento).

### Resultados

El resultado final de este proyecto fue la elaboración de una matriz para el área de Humanidades (Español e Inglés) en el nivel de educación básica primaria, que cumple con los requerimientos del MEN (Ministerio de Educación Nacional) y la filosofía de la IASD (Iglesia Adventista del Séptimo Día), y servirá como referente principal para la futura construcción de la guía curricular de esta área que beneficiará a todos los docentes del SEAC (Sistema Educativo Adventista de Colombia)

## CAPÍTULO UNO- EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### Descripción

El proyecto de investigación sobre la homogenización de guías curriculares, procura la producción de guías curriculares por áreas y por curso, como una acción que dará homogenización a todos los docentes del Servicio de Educación Adventista de Colombia, en adelante SEAC, en lo referente a lo que se debe enseñar y cómo se debe enseñar en cada asignatura de cada grupo.

El proyecto atenderá principalmente el nivel de básica primaria.

### El problema

#### *Variables de estudio*

Ley 115, Artículo 23.

Ética y valores.

Ciencias naturales y educación ambiental.

Ciencias sociales: historia, geografía, constitución política.

Educación artística.

Educación física, recreación y deportes.

Matemáticas.

Humanidades: español e idiomas extranjeros.

Tecnología e informática.

El proyecto de investigación partirá del siguiente problema de investigación:

Según los directivos de colegio de alta calidad, según los resultados de las pruebas saber, los criterios de evaluación del ministerio de educación nacional para las pruebas saber, de la filosofía educativa Adventista del Séptimo Día, es posible comparar y mejorar las áreas de educación establecidas por la ley 115: Ética y valores, Ciencias naturales y educación ambiental, Ciencias sociales(Historia, Geografía, Constitución política), Educación artística, Educación física, Recreación y deportes, Matemáticas, Humanidades (Español e idiomas extranjeros) y Tecnología e informática en las instituciones educativas del nivel de básica primaria del Seac durante el 2007?

#### Justificación

El proyecto de investigación de la homogenización de guías curriculares para las escuelas primarias de la unión colombiana, se justifica por las siguientes razones:

1. Bajos niveles de calidad educativa en las escuelas del SEAC, particularmente en las áreas rurales y de lugares de escasa posibilidad de capacitación de los maestros.
2. La necesidad de enfrentar corporativamente los desafíos contemporáneos del desarrollo escolar.
3. La capacidad de los recursos humanos que tiene el SEAC.

#### Objetivos

Los objetivos que se pretenderán alcanzar en este estudio son:

1. Desarrollar el concepto de sistemas homogenizando los estándares por asignaturas y niveles.

2. Fortalecer el desarrollo de la filosofía educativa ASD a través de los procesos curriculares.
3. Elevar los niveles de la calidad educativa de las instituciones del sistema.
4. Responder asertivamente a las necesidades de orientación y homogenización en lo referente al desarrollo académico de las instituciones del SEAC.
5. Mejorar los indicadores obtenidos por las instituciones del SEAC en las pruebas "SABER" y en los exámenes del ICFES.
6. Establecer el marco referencial para una posible editorial del SEAC.
7. Servir como medio de instrucción para los estudiantes de la facultad de educación de la UNAC en lo referente a la asignatura Proyecto de grado fase uno y dos.

#### Delimitaciones

Siendo que los investigadores reconocen que el tema a tratar es muy amplio y tiene muchas implicaciones, se determinó delimitar este estudio a los siguientes criterios:

1. La población a ser estudiada estuvo delimitada a los colegios que han obtenido los mejores puntajes en las pruebas "SABER" de Medellín.
2. El nivel académico de las instituciones observadas y afectadas por el estudio, estará delimitado a las instituciones de básica primaria.
3. Los investigadores reconocen que pueden existir otras variables pero para beneficio del trabajo, delimitó el estudio a las áreas del conocimiento establecidas por la Ley 115.
4. Siendo que esta investigación es un requisito parcial para la asignación Proyecto de grado de los coinvestigadores participantes, este estudio estuvo delimitado a los

criterios académicos establecidos por el Centro de Investigaciones de la Facultad de Educación de la Unac.

### Limitaciones

Los investigadores aceptan que la realización de la investigación estará limitada por las siguientes condiciones:

1. La complejidad del tema a investigar en su amplio espectro limitan a los investigadores a restringirse a los temas y variables enunciados para que se priorice la profundidad y no la generalidad.
2. La poca disponibilidad de fuentes de información en cuanto a trabajos similares en la comunidad ASD como la falta de sistema de información de la Unión Colombiana que facilite la observación de los fenómenos a estudiar.
3. Los recursos materiales y financieros disponibles para la realización de la investigación.

## CAPÍTULO DOS - MARCO TEÓRICO

### Introducción

Este capítulo presenta en primer lugar la definición de términos realizados a partir de la información recolectada por rastreo bibliográfico según la ley 115 y decreto 1860, que concierne al desarrollo de la matriz a realizar por los coinvestigadores; en un segundo lugar presenta el requerimiento legal vigente del Ministerio de Educación Nacional y en tercer lugar, la filosofía de la educación adventista del séptimo día.

### Rastreo bibliográfico

### Definición de términos

### *Currículo*

Es el conjunto de criterios, planes de estudio, programas, metodologías, y procesos que contribuyen a la formación integral y a la construcción de la identidad cultural nacional, regional y local, incluyendo también los recursos humanos, académicos y físicos para poner en práctica las políticas y llevar a cabo el proyecto educativo institucional. Ley 115, Art. 76.

### *Diseño curricular*

Hoyos (2004) Se refiere a la forma en que se conceptualiza el currículo y arregla sus principales componentes para proveer dirección y guía tan pronto como se desarrolle el currículo (p. 91-93).

Para Tippelt y Amoros,

(2000) el desarrollo curricular se definen como: el acercamiento más tradicional y común al currículo. Incluye planeación, implementación, y evaluación, así como también la gente, procesos y procedimientos se involucran en la construcción del currículo. Un procedimiento paso a paso, menciona que en su modelo incluye metas, objetivos, diseño curricular, implementación del currículo y evaluación curricular.

### *Planes y programas de estudios*

Es el esquema estructurado de las áreas obligatorias y fundamentales y de áreas optativas con sus respectivas asignaturas que forman parte del currículo de los establecimientos educativos. *Ley 115, Artículo 3.*

### *Grado*

Corresponde a la ejecución ordenada de estudios durante un año lectivo, con el fin de lograr los objetivos propuestos en dicho plan. *Decreto 1860, artículo 5.*

### *Asignatura*

En el Diccionario Enciclopédico de Educación se define como la materia o disciplina que forma parte de un programa de estudios más amplios, y que de ser enseñada en un período de tiempo determinado, generalmente el que corresponde a curso académico (p.43).

### *Eje temático*

En la web de la Universidad Veracruzana se definen como las perspectivas desde las cuales se deberán desarrollar los procesos de enseñanza y abordar los contenidos curriculares para alcanzar la formación en las cuatro dimensiones que el modelo propone.

### *Núcleo temático*

Para el MEN en el Decreto 272, implica la agrupación de un conjunto de conocimientos o problemas que se seleccionan según el grado de pertinencia o relevancia de cada área y a partir de las cuales se construyen los conocimientos en cada materia (p. 151).

### *Competencias*

Para Tobón Son procesos generales contextualizados, referidos al desempeño de la persona dentro de una determinada área del desarrollo humano. Son la orientación del desempeño humano hacia la idoneidad en la realización de actividades y resolución de problemas, se apoyan en los indicadores de logro como una manera de ir estableciendo su formación en etapas. Las competencias indican las metas por alcanzar en procesos pedagógicos asumidos en su integralidad, mientras que los estándares se refieren a metas

específicas por lograr durante las fases de dicho proceso. Por ende, los estándares se establecen según la orientación de las competencias (p. 60).

### *Estándar*

Para el MEN (2007) es un criterio claro y público que permite juzgar si un estudiante, una institución o el sistema educativo en su conjunto cumplen con unas expectativas comunes de calidad; expresa una situación deseada en cuanto a lo que se espera que todos los estudiantes aprendan en cada una de las áreas a lo largo de su paso por la Educación Básica y Media (p.11).

### *Actividades de aprendizaje*

En la Web de la Universidad Veracruzana se definen como las acciones que se diseñan como partes constitutivas de una experiencia de aprendizaje, por ejemplo de un curso, y sirven para lograr los objetivos de la misma.

### *Área*

En el Diccionario Enciclopédico de Educación se define como la interrelación entre varias ciencias, en una visión interdisciplinar. Se trata de un concepto más amplio que el de asignatura (p. 40).

### *Tiempo*

Para Amei-Waece (2003) la distribución organizada y racional de los contenidos y asignaturas del plan educativo o de estudios para el día y la semana, y que se elabora a partir del horario del día.

### *Valor cristiano*

Para Amei-Waece (2003) el fundamento esencial de las creencias y las conductas con relación al cual los sujetos se sienten comprometidos, que generalmente se concretan en normas de actuación.

### Fundamento legal para Todas las Áreas: ley 115

#### *Artículo 1. Objeto de la ley.*

La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

La educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público (Título I. Disposiciones preliminares).

*Artículo 20. Objetivos generales de la educación básica.*

Son objetivos generales de la educación básica contemplados en la sección III Educación Básica.

- a. Propiciar una formación, general mediante el acceso, de manera crítica y creativa, al conocimiento científico, tecnológico, artístico y humanístico y de sus relaciones con la vida social y con la naturaleza, de manera tal que prepare al educando para los niveles superiores del proceso educativo y para su vinculación de la sociedad y el trabajo;
- b. Desarrollar las habilidades comunicativas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente.
- c. Ampliar y profundizar en el razonamiento lógico y analítico para la interpretación y solución de los problemas de la ciencia, la tecnología y de la vida cotidiana.
- d. Propiciar el conocimiento y comprensión de la realidad nacional para consolidar los valores propios de la nacionalidad colombiana tales como la solidaridad, la tolerancia, la democracia, la justicia, la convivencia social, la cooperación y la ayuda mutua;
- e. Fomentar el interés y el desarrollo de actitudes hacia la práctica investigativa, y Propiciar la formación social, moral y demás valores del desarrollo humano.

*Artículo 21. Objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria.*

Los cinco (5) primeros grados de la educación básica que constituyen el ciclo de primaria, tendrán como objetivos específicos los siguientes:

- a) La formación de los valores fundamentales para la convivencia en una sociedad democrática, participativa y pluralista;

- b) El fomento del deseo de saber, de la iniciativa personal frente al conocimiento y frente a la realidad social, así como del espíritu crítico;
- c) El desarrollo de las habilidades comunicativas básicas para leer, comprender, escribir, escuchar, hablar y expresarse correctamente en lengua castellana y también en la lengua materna, en el caso de los grupos étnicos con tradición lingüística propia, así como el fomento de la afición por la lectura;
- d) El desarrollo de la capacidad para apreciar y utilizar la lengua como medio de expresión estética.
- e) El desarrollo de los conocimientos matemáticos necesarios para manejar y utilizar operaciones simples de cálculo y procedimientos lógicos elementales en diferentes situaciones, así como la capacidad para solucionar problemas que impliquen estos conocimientos;
- f) La comprensión básica del medio físico, social y cultural en el nivel local, nacional y universal, de acuerdo con el desarrollo intelectual correspondiente a la edad;
- g) La asimilación de conceptos científicos en las áreas de conocimiento que sean objeto de estudio, de acuerdo con el desarrollo intelectual y la edad;
- h) La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente;
- i) El conocimiento y ejercitación del propio cuerpo, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados a su edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico;
- j) La formación para la participación y organización infantil y la utilización adecuada del tiempo libre;

k) El desarrollo de valores civiles, éticos y morales, de organización social y de convivencia humana;

l) La formación artística mediante la expresión corporal, la representación, la música, la plástica y la literatura;

m) La adquisición de elementos de conversación y de lectura al menos en una lengua extranjera;

n) La iniciación en el conocimiento de la Constitución Política, y

ñ) La adquisición de habilidades para desempeñarse con autonomía en la sociedad.

*Artículo 23. Áreas obligatorias y fundamentales.*

Para el logro de los objetivos de la educación básica se establecen áreas obligatorias y fundamentales del conocimiento y de la formación que necesariamente se tendrán que ofrecer de acuerdo con el currículo y el Proyecto Educativo Institucional.

Los grupos de áreas obligatorias y fundamentales que comprenderán un mínimo del 80% del plan de estudios, son los siguientes:

1. Ciencias naturales y educación ambiental.
2. Ciencias sociales, historia, geografía, constitución política y democracia.
3. Educación artística.
4. Educación ética y en valores humanos.
5. Educación física, recreación y deportes.
6. Educación religiosa.

7. Humanidades, lengua castellana e idiomas extranjeros.
8. Matemáticas.
9. Tecnología e informática.

*Artículo 77. Autonomía escolar.*

Dentro de los límites fijados por la presente ley y el proyecto educativo institucional, las instituciones de educación formal gozan de autonomía para organizar la áreas fundamentales de conocimientos definidas para cada nivel, introducir asignaturas optativas dentro de las áreas establecidas en la ley, adaptar algunas áreas a las necesidades y características regionales, adoptar métodos de enseñanza y organizar actividades formativas culturales y deportivas dentro de los lineamientos que establezca el Ministerio de Educación Nacional. Ley 115, Artículo 77.

*Decreto 1860 Artículo 33. Criterios para la elaboración del currículo.*

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 77 de la ley 115 de 1994, las instituciones de educación formal gozan de autonomía para estructurar el currículo en cuanto a contenidos, métodos de enseñanza, organización de actividades formativas, culturales y deportivas, creación de opciones para elección de los alumnos e introducción de adecuaciones según condiciones regionales o locales. Sin embargo el diseño del currículo hecho por cada establecimiento educativo, debe tener en cuenta:

- a. Los fines de la educación y los objetivos de cada nivel y ciclo definidos por la misma ley;

- b. Los indicadores de logro que defina el Ministerio de Educación Nacional;
- c. Los lineamientos que expida el Ministerio de Educación Nacional para el diseño de las estructuras curriculares y los procedimientos para su conformación, y
- d. La organización de las diferentes áreas que se ofrezcan.

*Artículo 3. Plan de estudios.*

El plan de estudios es el esquema estructurado de las áreas obligatorias y fundamentales y de áreas optativas con sus respectivas asignaturas que forman parte del currículo de los establecimientos educativos. El plan de estudios debe contener al menos los siguientes aspectos:

- a) La intención e identificación de los contenidos, temas y problemas de cada área, señalando las correspondientes actividades pedagógicas.
- b) La distribución del tiempo y las secuencias del proceso educativo, señalando en qué grado y período lectivo se ejecutarán las diferentes actividades.
- c) Los logros, competencias y conocimientos que los educandos deben alcanzar y adquirir al finalizar cada uno de los períodos del año escolar, en cada área y grado, según hayan sido definidos en el proyecto educativo institucional -PEI- en el marco de las normas técnicas curriculares que expida el Ministerio de Educación Nacional. Igualmente incluirá los criterios y procedimientos para evaluar el aprendizaje, el rendimiento y el desarrollo de capacidades de los educandos.
- d) El diseño general de planes especiales de apoyo para estudiantes con dificultades en su proceso de aprendizaje.

e) La metodología aplicable a cada una de las áreas, señalando el uso del material didáctico, textos escolares, laboratorios, ayudas audiovisuales, informática educativa o cualquier otro medio que oriente o soporte la acción pedagógica.

f) Indicadores de desempeño y metas de calidad que permitan llevar a cabo la autoevaluación institucional.

### Filosofía de la educación adventista del séptimo día

De acuerdo con la oficina de educación de Inter American División (2006) Todo sistema educacional debería estar fundado, ser administrado, y justificado en armonía con una sólida filosofía de la educación. Por filosofía de la educación entendemos una actitud característica hacia la educación y sus problemas, con referencias especiales a los objetivos y fines que deben alcanzarse y los métodos por los cuales deben ser alcanzados. Requiere un concepto claro del origen, naturaleza y destino del hombre.

La forma en que se construye y opera el programa escolar se determina por una filosofía de la educación.

Los tipos de escuelas que deben conducirse, su localización y tipo de maestros, el currículo y los libros de texto, las actividades espirituales, el programa industrial, la vida social y recreativa, el programa diario, el aspecto financiero, así como la conducción de la biblioteca son determinados por el concepto de filosofía educacional.

Los adventistas del séptimo día, en el contexto de sus creencias básicas, reconocemos que:

- Dios es el Creador y Sustentador del universo y todo lo que en él existe.

- El creó a seres humanos perfectos, a su propia imagen, con la capacidad de pensar, decidir y actuar.
- Dios es el origen de todo lo verdadero, bueno y bello, y ha elegido revelarse así mismo a la humanidad.
- Los seres humanos, por propia elección, se rebelaron contra Dios y cayeron en un estado de pecado que ha afectado a todo el planeta, involucrándolo en un conflicto cósmico entre el bien y el mal. A pesar de ello, el mundo y los seres humanos todavía reflejan, aunque imperfectamente, la excelencia de su condición original.
- La Divinidad enfrentó el problema del pecado por medio del plan de redención. Este plan tiene el propósito de restaurar a los seres humanos a la imagen de Dios y al universo caído a su estado original de perfección, amor y armonía.
- Dios nos invita a aceptar su plan de restauración y a actuar en este mundo de manera creativa y responsable hasta que él intervenga en la historia y cree nuevos cielos y nueva tierra (p.1).

### La escuela primaria

La escuela primaria adventista ofrece a los estudiantes (1) una atmósfera en la cual pueden comprender la voluntad de Dios, entregarse su vida y experimentar el gozo de ayudar a otros; (2) un programa organizado que promueve el desarrollo espiritual, físico, mental, social y emocional; (3) el conocimiento y las destrezas esenciales que se necesitan para el diario vivir en esa etapa del desarrollo; y (4) el aprecio y el respeto por el hogar, la iglesia, la escuela y la comunidad.

Los alumnos que completan el nivel primario en una escuela adventista deberían:

Haber tenido la oportunidad de entregar su vida a Dios mediante la conversión, el bautismo y el deseo sincero de hacer la voluntad de Dios en cada aspecto de su vida.

Demostrar destreza en la comunicación, en las operaciones cuantitativas y en otras áreas académicas que constituyen el fundamento necesario para los estudios secundarios.

Dar evidencia de un desarrollo emocional apropiado en las relaciones interpersonales con sus compañeros, su familia y los miembros de la comunidad.

Conocer y practicar los principios básicos de la salud y de la vida equilibrada, incluyendo el uso juicioso del tiempo y de los medios de comunicación y entretenimiento.

Aprender a apreciar la dignidad del trabajo y conocer las posibilidades que existen en las diferentes carreras que responden a sus intereses y a los talentos que Dios les ha confiado.

(p.7).

### Conclusión

El capítulo que aquí concluye presentó la definición de términos desde el punto de vista del gobierno a través de la ley 115 y el decreto 1860 de 1994 que concierne al desarrollo de la matriz a realizar por los coinvestigadores; en un segundo lugar presentó el requerimiento legal vigente del Ministerio de Educación Nacional y en tercer lugar, la filosofía de la educación adventista del séptimo día.

## CAPÍTULO TRES – METODOLOGÍA

### Introducción

La metodología a utilizar en éste proyecto será bibliográfica y de desarrollo, y pretende articular en las guías curriculares, la teoría (marco teórico) con la realidad educativa (información recogida a través del instrumento)

### Tipo de investigación - Bibliográfica

De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (1999) Una investigación de tipo bibliográfico se refiere a la “búsqueda, adquisición y selección de contenidos o referentes teóricos que fortalezcan, argumenten y provean una información relevante, que atañe al problema de investigación u objeto de estudio. Esta información está constatada en libros, revistas, documentos, entre otros” (pág. 23).

### *De desarrollo*

Ayala y Jaramillo (1998) refieren que el tema de investigación debe hacerse con un objetivo metodológico que permita, la ejecución, adaptación (organización y sistematización) y aplicación de un proyecto que produzca resultados eficaces y eficientes en un campo específico (pág. 2).

## Población

La población que inicialmente se investigó estuvo constituida por varias instituciones educativas de Medellín que están categorizadas como “muy superior” según los resultados de las pruebas Saber 2005.

## Metodología

Debido a situaciones coyunturales que se presentaron en la recolección de información en las instituciones educativas antes mencionadas, los asesores decidieron cambiar la metodología de investigación y utilizar una de desarrollo en la cual se aplicarían los siguientes pasos:

1. Rastreo bibliográfico de los requerimientos del MEN (Ministerio de Educación Nacional), para cada área en el nivel de básica primaria.
2. Consulta a las editoriales (Voluntad, Santillana, Susaeta, Norma y Libros y libros).
3. Solicitar información curricular en las instituciones educativas más sobresalientes del SEAC (Sistema Educativo Adventista de Colombia):
  - Instituto Colombo-venezolano (ICOLVEN) de Medellín.
  - Colegio Libertad de Bucaramanga.
  - Colegio Emmanuel de Bogotá.
4. Tomar los estándares del MEN (Ministerio de Educación Nacional) como referente principal y plasmarlos en la matriz.
5. Comparar los estándares del MEN con los de las instituciones mencionadas del SEAC y los de las editoriales.

6. Elaborar la matriz de las áreas de educación establecidas por la Ley 115, artículo 23, para el nivel de básica primaria, con los componentes: Eje temático; Núcleo temático; Valor Cristiano; Estándar del MEN; Tiempo y Actividades de aprendizaje.
7. Revisión de la matriz propuesta para cada grado en su respectiva área por parte de los docentes de básica primaria del colegio ICOLVEN.
8. Corrección a la revisión hecha por los docentes del ICOLVEN.

### Conclusión

En este capítulo, por orden de los asesores se rediseñó la metodología para este proyecto y se plantearon nuevas alternativas para la recolección de la información aplicando el método bibliográfico y de desarrollo.

## CAPÍTULO CUATRO-MATRIZ AREA EDUCACION FISICA

### Introducción

De acuerdo con la Ley 115 de 1994, el área de educación física, recreación y deportes origina uno de los fines de la educación colombiana, una de las áreas fundamentales del currículo (artículo 23). Partiendo de La educación física como recreación y deporte es esencial para la formación del niño porque facilita y propicia el desarrollo motriz y equilibrio emocional, fortalece la voluntad y aumenta el sentido de responsabilidad, crea espíritu de superación y desarrolla la capacidad creadora, agudiza la atención, logra el equilibrio entre la actividad mental y física y permite la comprensión y aceptación de la autoridad de las reglas.

### Base Filosófica Adventista Para la Educación Física

La enseñanza aprendizaje de esta educación en una institución educativa adventista debe partir de los siguientes conceptos, procesos y actitudes.

- Dios es el creador y sustentador de todo.
- La naturaleza es el segundo libro de Dios.
- Las leyes de la naturaleza son las leyes de Dios.

Las leyes y los procesos de la naturaleza, que han sido objeto del estudio de los hombres durante seis mil años, son puestos al alcance de mentes por el infinito Forjador y Sustentador de todo.

- La naturaleza como fuente de placer e instrucción ayuda en recreación sana.
- Las cosas visibles de la naturaleza revelan las realidades invisibles de Dios. las obras de la creación terráquea; y como Dios concede al hombre el derecho de utilizar para sus necesidades los vastos recursos de la tierra, mediante el cual el hombre puede recrearse
- Reconocer en las sagradas escrituras como se revela el propósito de Dios para el hombre. Ha de ser la restauración de su condición pecaminosa y devolverle su estado original de comunión con su creador, vida eterna..
- Analizar los cambios Físicos ambientales que a diario ocurren en nuestro entorno como consecuencia a la desobediencia de las leyes naturales y como imposición de factores externos a los desordenes en cuidado del cuerpo que el hombre es protagonista en su carrera desesperada por su aniquilación.
- Comparar las condiciones, modos, estilos de vida, limitaciones físicas
- Adquirir los principios fundamentales del cuidado del cuerpo a través de los ejercicios al aire libre aprovechado la naturaleza como fuente principal
- Comprender la intervención de Dios en el desarrollo del cuerpo humano
- Desarrollar actitudes y principios de respeto, tolerancia, amor, comprensión, consideración, igualdad, en todas las actividades físicas realizadas con todos los compañeros de estudio
- Apreciar los privilegios y responsabilidad de del cuidado del cuerpo, no dañándolo con bebidas y drogas que atenta con la salud física
- Destacar y analizar los derechos y deberes individuales o colectivos en todos los trabajos grupales. y actividades que requieran agilidad y destreza

- Fomentar un compromiso de servicio abnegado para con nuestro prójimo,  
entendiendo sus necesidades, individuales, espirituales y colectivas con un  
sentido de pertenencia hacia quien lo necesite
- Resaltar en todas las dimensiones del desarrollo humano las decisiones basadas en las  
actividades pre deportivas, exaltando los principios y valores que nos hacen idóneos  
para alcanzar una salud física y corporal significativa
- Tomar conciencia de cómo nuestra condición pecaminosa debilitan nuestro cuerpo  
causándole dolor en cualquier actividad física,
- Incrementar la conciencia de las relaciones existentes entre los problemas que surgen  
en las actividades juegos deportivos
- Comprensión afectiva y sensibilidad hacia las circunstancias de la vida, respecto a  
realidades y situaciones del hombre en el tiempo y su trascendencia en su formación  
integral e individual y colectiva.
- Asumir el derecho de participar oportunamente y comprender las responsabilidades  
que trae implícito el cambio de actitud, pensamiento de acción en el proceso de  
edificación de nuestro carácter para la eternidad.
- Respetar y valorar la gran diversidad de movimientos que nos ofrece nuestro cuerpo  
humano

## Marco Legal de la Educación Física en Colombia La Denominación del Área Curricular y el Manejo de Términos

Desde un punto de vista integrador del área se concibe, como unidad, como proceso permanente de formación personal y social, cuya esencia es el sentido pedagógico en función del desarrollo humano. No se trata de un currículo que comprenda de manera aislada el deporte y la recreación pues desde el punto de vista educativo, ellos son pilares y se integran en la educación física. A ella corresponde ubicarlos unas veces como medios, otras como fines, otras como prácticas culturales. Por lo tanto cuando se habla de educación física, desde la perspectiva de formación humana y social, están contenidos el deporte y la recreación, si bien cada uno puede jugar funciones distintas en el proceso de formación. Mientras que la recreación es un principio esencial, permanente y fundente de la educación física, el deporte es una práctica cultural que puede caracterizarse como medio o como fin, de acuerdo con el contexto y el significado educativo que se le asigne.

El énfasis en los procesos de formación y el desarrollo de competencias, asigna al deporte, la recreación, el juego, la gimnasia y otras manifestaciones de la cultura física el carácter de prácticas culturales que pueden ser medios, objetos, actividades o fines de la acción educativa en donde la multiplicidad y la interrelación son constantes.

## Marco Conceptual de la Educación Física en Colombia

### *Fundamento Teórico de la Educación Física Recreación Y Deporte*

#### *La importancia de la educación física*

Según toro (s/f) “Se da por sentado que todos los niños y adolescentes les fascinan los deportes y los juegos. Es casi un dogma de fe creer esto. Sin embargo, las estadísticas señalan otra cosa”. (P.3).

Es sorprendente el alto número de niños, adolescentes y jóvenes que no se interesan para nada en el juego y desarrollen un nivel de actividad física inferior al que conviene para su salud y crecimiento. Sí se interesan en los deportes, pero solo como espectadores, pues jamás se les ocurre practicarlos. Desafortunadamente muchos profesores y docentes no son conscientes de la importancia que reviste el crecimiento integral de los alumnos y esto incluye por su puesto el desarrollo de las actividades físicas. Se conforman con educar a los alumnos en las otras áreas en procura que tengan altas calificaciones escolares, pero no se ocupan del desarrollo físico

schiller (citado en Toro s/f) “solo juega, el niño, cuando es hombre en todo sentido de la palabra y es plenamente hombre cuando juega” (p.4)

En las acciones del juego como base de la educación son las argumentaciones más importantes para la educación física en sí, por que su ejecución requiere de la interpretación y la actitud social. El juego hace sentir al niño libre de todo. En el afirma su personalidad, confirma su seguridad, libera notables cargos instintivos y de actividad motriz, ayuda al niño a superar sentimientos de inferioridad

La educación física como recreación y deporte es esencial para la formación del niño porque facilita y propicia el desarrollo motor y equilibrio emocional, fortalece la voluntad y aumenta el sentido de responsabilidad, crea espíritu de superación y desarrolla la capacidad creadora, agudiza la atención, logra el equilibrio entre la actividad mental y física y permite la comprensión y aceptación de la autoridad de las reglas.

La idea no es, convertir a los estudiantes en atletas. No se trata de eso. El ejercicio es solo un factor más entre los muchos que intervienen en el mantenimiento de la buena salud. Son muchas las pruebas científicas que acreditan los efectos positivos del ejercicio físico sobre el sistema cardiovascular, el sistema respiratorio la estructura ósea – muscular y también como recurso eficaz para reducir el estrés, aparte de todas las ventajas psicológicas que produce. Sin embargo, cuando se habla de del desarrollo de las aptitudes físicas en los niños no se está refiriendo solo al aspecto muscular, y la fuerza física y la resistencia .estas aptitudes físicas también abarcan la coordinación visual y motora la agilidad y la destreza manual. En otras palabras, debe procurarse que los alumnos aprendan desde la educación física de básica primaria a utilizar bien su cuerpo y sepan hacer cosas con él y no sean inútiles.

*Cuando se habla de educación física se hace referencia a ella como educación por el movimiento*

Toro. (s/f) dice: "El movimiento se convierte en el eje alrededor del cual se organiza pedagógicamente las actividades, con el fin de facilitar el aprendizaje integrado con las demás áreas del conocimiento para contribuir así a la formación integral del alumno". (p.17).

Cuando se habla de movimientos significa que todo gira entorno de esto, pero en educación física el movimiento es lo que hace que todas las actividades giren entorno de este.

Toro (s/f) afirma:

Para que se pueda dar la educación física por el movimiento y la integración en general, es necesario conocer la estructura de cada área, sus contenidos, las relaciones que existen entre lo cognoscitivo, lo socio afectivo y lo sicomotor al interior de ellas, teniendo presente también la unidad de estos elementos con el medio ambiente donde ocurre el aprendizaje. (p.17).

Bouch (citado en Bonilla B. y Camacho C 1998) quien plantea:

El método sicocinetico plantea la necesidad de acompañar el trabajo diario de actividades que se preocupen por las actitudes y capacidades del niño, antes que su por su especialización deportiva; al desarrollar la clase, la orientación metodológica debe partir por la experiencia vivida por el niño. (p.7).

Seybold (citada en Bonilla B. y Camacho C 1998) quien plante: “principios didácticos en la educación física”, por sus características de espontaneidad, amplia participación estudiantil y estimulación a las creatividades alumno”. (p.7).

García (2006) afirma: “la educación física es una parte fundamental e indispensable de la educación. Su finalidad específica trasciende la formación física del hombre desarrollando y promoviendo también los aspectos sociales, intelectuales y psicológicos durante las distintas etapas de su vida”. (p.22).

La educación física por el movimiento como parte fundamental, se convierte en un eje central.

García (2006) afirma: “el eje central de la educación física se centra en el movimiento, pero no se agota en él. La aplicación mas positiva de la educación física se da cuando consigue estimular el desarrollo integral del ser humano, respetando los procesos de crecimiento y maduración sin dejar de atender las necesidades de cada etapa de la vida”. (p. 24).

Como área exigida por el ministerio de educación, se convierte en una pregunta como trabajarla y para ello debe tenerse en lo siguiente:

García (2000) dice: “trabajar en el área de educación física implica entender la conducta humana como totalidad, sin descuidar ninguno de sus tres componentes: el socio-afectivo, el cognoscitivo y el motriz. La educación física actúa sobre cada una de las tres áreas”. (p.27).

#### *Mensaje del ministro de educación*

Bula escobar. (2000) dice:

Las áreas relacionadas con el conocimiento y desarrollo del cuerpo se han enriquecido con las discusiones sobre las inteligencias múltiples y la formación integral. Su justificación en el plan de estudios proviene del interés pedagógico por cultivar las características de la inteligencia corporal y las relaciones entre el manejo del cuerpo y el despliegue de otros poderes cognoscitivos y sociales. (p.9).

Bula escobar. (2000) dice:

La educación física, la recreación y los deportes apoyan dos núcleos de la inteligencia

corporal: el control de los movimientos físicos propios y la capacidad para manejar objetos con habilidad. La atracción que sienten los jóvenes por conquistar metas de velocidad, agilidad, coordinación, fuerza y creatividad contribuye al desarrollo de una disposición física y mental favorable a la educación física de calidad. (p.9).

Bula escobar. (2000) dice:

El juego abre ventanas del ser para el cultivo de emociones fundamentales en el aprendizaje de la convivencia como la confianza y la aceptación del otro en su legitimidad. Nos lleva a ámbitos fantásticos e imaginativos en donde uno se abandona en el personaje que determina el juego. (p.9).

Bula escobar. (2000) dice:

La recreación y los deportes también ofrecen múltiples oportunidades para aprender a compartir, proceder de acuerdo con normas, valorar el hecho de participar, disfrutar los triunfos y aprender las lecciones que encierran las derrotas. Pero ante todo, para descubrir las bondades y las exigencias del trabajo en equipo que conduce a crecer juntos y a lograr metas comunes. (p.9).

Bula escobar. (2000) dice:

El conocimiento del cuerpo fomenta la autoestima. Los criterios éticos y estéticos del proyecto de vida van cimentando las bases de una formación integral que trasciende los tiempos y los espacios de la educación formal y abre caminos hacia el cultivo de otras inteligencias como la lógico-matemática y la lingüística. (p.9).

## Referentes Conceptuales por el Ministerio de educación

### *Fines de la educación de la educación física:*

1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos.

2. La formación para la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre. (Ley 115 de 1994)

Los conceptos de educación física son construcciones históricas sociales que cambian de acuerdo con las transformaciones de la sociedad y los ideales educativos. En la comprensión de una concepción de educación física que oriente los lineamientos es necesario analizar la evolución histórica del concepto y sus implicaciones curriculares, describir las tendencias actuales y su incidencia en las prácticas pedagógicas. El énfasis en la necesidad de una base conceptual pretende dilucidar el sentido de las prácticas que se realizan, pues a cada acción educativa corresponde, de manera explícita o implícita, una determinada manera de pensar, imaginar, asignar finalidades, establecer relaciones y organizar la educación física y su función social. Cuando se habla de la fundamentación conceptual no se plantea separación entre teoría y práctica pues ellas forman una unidad en la acción humana, sino que se busca hacer énfasis en el sentido y las significaciones que el movimiento corporal tiene en la educación.

*Tendencias de la Educación Física por el Ministerio de Educación*

En el contexto del desarrollo del conocimiento la educación física construye sus propias transformaciones en concepciones y prácticas. En este campo puede afirmarse que se atraviesa por una verdadera explosión de perspectivas que obedecen a un reconocimiento de su importancia o una búsqueda de afirmación de su carácter académico disciplinar y de su papel creciente en la formación del estudiante en contextos formales, no formales e informales. Esta presencia e interrelación con distintos aspectos de la vida humana, hace compleja e imprecisa la delimitación de las perspectivas. No obstante, los procesos de investigación y de experiencia docente, permiten identificar algunas de las tendencias que se presentan no de manera pura y aislada, sino con interacciones en la práctica educativa. De manera resumida se puede afirmar que ellas son múltiples, tanto en el plano escolar como académico y social y para su mayor comprensión se presentan en dos grupos. El primero se refiere a los distintos énfasis que se hacen en la práctica de la educación física escolar y el segundo a las corrientes epistemológicas. Los dos grupos son interdependientes pues no hay práctica escolar sin que en ella se manifieste una determinada concepción de educación física sea de carácter explícito o implícito. Las tendencias de la educación física, de acuerdo con el énfasis de su puesta en práctica en la escuela se pueden resumir en las siguientes:

Énfasis en la enseñanza y práctica del deporte y la condición física.

Énfasis en las actividades recreativas y de tiempo libre.

Énfasis en la psicomotricidad.

Énfasis en la estética corporal, el mantenimiento de la forma y la salud.

Énfasis en la expresión corporal, danzas y representaciones artísticas.

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

### Objetivos de la Educación Física

*De conformidad con la ley 115 de 1994, los objetivos de la educación física son:*

La valoración de la higiene y la salud del propio cuerpo y la formación para la protección de la naturaleza y el ambiente; el conocimiento y ejercitación del cuerpo, la participación y organización juvenil y la utilización adecuada del tiempo libre, mediante la práctica de la educación física, la recreación y los deportes adecuados la edad y conducentes a un desarrollo físico y armónico. También es de enseñanza obligatoria como proyecto pedagógico transversal, el aprovechamiento del tiempo libre, el fomento de las diversas culturas, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte formativo, para lo cual el gobierno promoverá su difusión y desarrollo. Ley 115 de 1994 Este marco educativo permite

elaborar un concepto de educación física como práctica social, como disciplina del conocimiento, como disciplina pedagógica y como derecho del ser humano que la fundamentan como un proceso de formación permanente, personal, cultural y social a través de la actividad física, recreativa y deportiva para contribuir al desarrollo del ser humano en la multiplicidad de sus dimensiones.

Como práctica social y cultural, es inherente a la naturaleza humana para la supervivencia, adaptación, desenvolvimiento y transformación de las condiciones de vida en una interacción inseparable con el medio, a través del movimiento corporal y sus múltiples manifestaciones.

En esa interacción se producen prácticas, técnicas y usos del cuerpo, formas de vida, convivencia y organización social, determinadas por las características de cada cultura.

Como disciplina del conocimiento, es objeto de reflexión, sistematización e investigación desde diferentes enfoques orientados a su explicación, comprensión, experimentación y formas de aplicación en función del ser humano. Desde esta perspectiva orienta la acción educativa y las relaciones con las demás disciplinas y las necesidades del contexto.

Como disciplina pedagógica asume una tarea de formación personal y social de tal naturaleza que el alcance de sus logros es caracterizado por la visión desde la cual se establezcan relaciones e interrelaciones en distintos campos del desenvolvimiento del ser humano, sus formas de movimiento y expresión, las significaciones de la acción y su sentido.

Como derecho está incluida en la Carta Constitucional y la legislación que permite desarrollarla como un servicio público, para satisfacer necesidades fundamentales de calidad de vida, bienestar y competencias sociales para la convivencia.

## Propósitos de la Educación Física

Aportar a los actores del proceso educativo, en el contexto de sus intereses, necesidades de salud, derechos, deberes y responsabilidades individuales y sociales, a través del conocimiento, valoración, expresión y desarrollo de la dimensión corporal, la dimensión lúdica y la enseñanza de la diversidad de prácticas culturales de la actividad física.

Contribuir al desarrollo de procesos formativos del ser humano la organización del tiempo y el espacio, la interacción social, la construcción de técnicas de movimiento y del cultivo y expresión del cuerpo, la experiencia lúdica y recreativa.

Orientar una educación física que reconozca su desarrollo histórico y responda a las exigencias de la educación, la cultura y la sociedad, en las condiciones actuales.

Generar prácticas sociales de la cultura física como el deporte, el uso creativo del tiempo libre, la recreación, el uso del espacio público, la lúdica, la salud, la estética y el medio ambiente interrelacionados con diferentes áreas del conocimiento, que respondan a la diversidad en un marco de unidad nacional.

Promover acciones que ayuden a transformar las concepciones y prácticas de la educación física, la dinámica de cambio de la escuela y la construcción de los proyectos educativos institucionales.

Impulsar una nueva didáctica pertinente a los procesos formativos; que sea investigativa, participativa y generadora de proyectos creativos.

Orientar el establecimiento de las condiciones educativas que permitan los cambios requeridos en los ambientes de participación y organización de materiales, espacios físicos,

tiempos y equipos adecuados y necesarios para el mejoramiento cualitativo de la educación física.

Orientar para que se asuma la investigación como actitud y proceso cotidianos y permanentes del trabajo curricular, como estrategia pedagógica para que el área responda a las necesidades actuales del desarrollo pleno de la personalidad.

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

El logro de estos propósitos exige un enfoque curricular que impulse los procesos que se desarrollan en el estudiante y analice permanentemente los resultados, determine el carácter y uso de las prácticas sociales, y precise las competencias para el desempeño del estudiante en un determinado contexto.

Sociedad, Cultura y Educación Física

*Ministerio de Educación Nacional*

Investigaciones realizadas por diferentes autores encuentran que todas las culturas a través de la historia han desarrollado prácticas semejantes a las actividades deportivas y recreativas actuales, que el movimiento corporal desempeñó una función esencial en la evolución del hombre, en su relación con el medio y en el desarrollo cerebral y que el juego es elemento fundente de la cultura. Desde la sociología:

Mauss (citado en bula escobar 2000) plantea: la evolución de las técnicas del cuerpo.

Boltansky (citado en bula escobar 2000) dice: los usos sociales del cuerpo.

Barreau y Morne (citado en bula escobar 2000) dice: caracterizan la educación física como hecho social y se centran en identificar su objeto en la experiencia corporal del hombre. Los autores alemanes han dedicado su investigación al estudio del deporte como fenómeno cultural de movimiento, característico de las sociedades modernas

Dumazedier. (Citado en bula escobar 2000) plantea: se deben estudiar las actividades físicas tal como son y como deberían ser en la sociedad actual, dominada por la industrialización y la urbanización. Se impone así, el análisis de la producción de un amplio campo de conocimientos expresiones simbólicas, imaginarios, significaciones, usos y costumbres sobre el cuerpo, la lúdica y las prácticas y técnicas en sus distintas manifestaciones y características y su influencia en el desarrollo humano y social.

Se puede afirmar que las actividades corporales han ganado divulgación y legalidad tanto en la sociedad, en general como en las instituciones encargadas de su desarrollo, entre éstas, el Estado, la Escuela y la Familia. Se observa cómo han pasado, especialmente en nuestro contexto, de ser una actividad en muchos casos desconocida a una actividad, de alguna manera, imprescindible para la vida. En el juego y sus manifestaciones que se consideran como fundamento y factor de la cultura, se producen profundas transformaciones. Son múltiples sus variaciones, sus usos reales y virtuales, sus énfasis y esquematizaciones. El juego es tema de interés en las discusiones sobre pedagogía y educación, libertad, ética y política, espectáculo, uso del tiempo y el espacio, estrategias de paz y convivencia. La recreación se reconoce como una necesidad vital, como derecho y como ámbito de experiencia

personal y social; la lúdica atraviesa los distintos espacios y acciones de la educación e incluso los ambientes de trabajo y eficiencia en el desempeño laboral.

### El papel de La Educación Física en Preescolar y Básica Primaria

Si bien una de las características del cambio de la escuela es su estructura como educación preescolar, básica y media, merece especial atención el desarrollo de la educación física en los niveles de preescolar y primaria, que como se plantea en las características del estudiante, corresponden a las edades claves de la maduración y el desarrollo del ser humano. Es importante tener en cuenta, que en la mayoría de instituciones del país, la responsabilidad de la educación física corresponde al profesor de aula, por lo cual debe considerarse la necesidad de una profundización en el área, tanto en los programas de formación permanente de docentes, como en su formación en las escuelas normales y universidades. La educación física infantil no puede dejarse a la espontaneidad del movimiento del niño, pues éste requiere formar sus potencialidades a través de procesos dirigidos pedagógicamente y adecuados a sus necesidades. Tampoco debe sustituirse la clase de educación física por otras actividades; por el contrario pueden utilizarse las posibilidades que presenta la educación física para procesos pedagógicos integradores, lúdicos y de compromiso directo del estudiante. La educación física del niño es base de su formación integral favorecida por el carácter vivencial que compromete en la acción corporal las dimensiones cognitivas, comunicativas, éticas y estéticas. Ello requiere de ambientes y procesos apropiados de los cuales depende la calidad y significado de los aprendizajes que pueden hacer de la educación física la principal mediadora de la formación infantil. En este sentido, la educación física en los niveles preescolar y

primaria debe ser atendida como prioridad, pues de ella se generan relaciones, que al tener como medio el movimiento corporal y el juego proporciona alternativas para experiencias pedagógicas con las diferentes áreas escolares.

#### Características del Aprendizaje Mencionadas por el Ministerio de Educación

El desarrollo de la didáctica debe tener en cuenta unas condiciones y procedimientos que faciliten el aprendizaje, entendido como un proceso complejo que se produce bajo condiciones que están en permanente cambio de origen biológico, psicológico y sociocultural que deben tenerse en cuenta para la orientación de la enseñanza. Es decir, se debe partir de las características, la experiencia y las motivaciones del estudiante respecto a los diferentes procesos de la educación física. De acuerdo con Kurt Meinel se pueden plantear algunos presupuestos o condiciones de carácter general que se deben considerar en el aprendizaje para que sea lúdico, diverso, recreativo y productivo.

*Atender el afán de movimiento y actividad y sus cambios para una actitud favorable al aprendizaje*

A los niños los acompaña de manera permanente un impulso de actividad que se manifiesta en su atracción hacia todos los objetos, juegan con las cosas y van acumulando incontables experiencias en el contacto con aquellas. El afán de actividad, de imitación y la disposición de aprender, constituyen la base elemental para la adquisición de nuevas facultades motrices. Esta forma básica de la energía vital constituye así mismo el presupuesto más elemental del mejoramiento y cultivo constantes de nuestra vida cinético-dinámica. Es

importante reconocer que este afán de actividad se va transformando con el proceso de crecimiento y por tanto ello determina cambios en los procesos didácticos y en la orientación del área. No es que a los alumnos de los cursos medios y superiores no les importe la educación física cuando cambian su afán de actividad, sino que su interés ha cambiado.

#### *Reconocer madurez funcional y experiencia motriz*

El aprendizaje de nuevas destrezas está ligado a una madurez del organismo y en especial a la madurez funcional del sistema nervioso central. Por otro lado las nuevas adquisiciones están condicionadas cada vez más por las experiencias adquiridas con anterioridad y el conjunto de experiencias es conservado por la memoria, una especie de memoria motriz. Ello presupone el reconocimiento de las diferencias individuales en los procesos de enseñanza y por tanto de evaluación y el no olvidar la necesidad de atender con especial entusiasmo a los menos experimentados.

#### *Atender la experiencia sensorial*

El aprendizaje de destrezas está en relación con el mundo circundante, los sentidos informan sobre el mundo externo e interno. De la actividad de los sentidos depende la reacción del movimiento y su apreciación. La experiencia corporal surge de la experiencia sensorial en la que se conjugan las funciones de los sentidos, incluido como sentido el analizador motor o sentido del movimiento. El conocimiento y cultivo de los sentidos es parte indispensable del desarrollo de los diferentes procesos de la dimensión corporal y es la base de procesos expresivos, estéticos y comunicativos, por lo que ocupan un espacio particular en la didáctica.

### *Percibir el sentido de la tarea motriz*

El aprendizaje presupone la comprensión del sentido de la tarea que se ejecuta; si la comprensión del contenido y del sentido de la tarea es óptima, mayor será la garantía de una óptima ejecución. A medida que se va dando el desarrollo cognitivo, la capacidad de captación exacta va profundizándose y desarrollándose más. Este presupuesto es de gran importancia para el aprendizaje de los distintos procesos, su vivencia, experimentación, fundamentación, aplicación y producción,

### *Favorecer el reto de la tarea motriz*

En la confrontación continua y activa con el mundo circundante se presentan obstáculos, resistencias, riesgos, imprevistos que son el incentivo para nuevos aprendizajes o modificación de lo aprendido. Sin la presencia del reto se pierden opciones de mayores logros. El sentido del reto se propone a través de obstáculos reales o imaginarios que permiten el desarrollo de una actitud de decisión para el desempeño.

### *Desarrollar el lenguaje correspondiente*

La construcción de la imagen corporal y el desarrollo del movimiento no son concebibles sin la adquisición y desarrollo del lenguaje. Es este un presupuesto muy importante en el desarrollo motor humano. "Con la ayuda del lenguaje el ser humano conserva sus experiencias motoras propias y las de generaciones anteriores, aprende de ellas y las asimila para proceder a un aprendizaje de nuevas experiencias más rápido, consciente y eficaz". El lenguaje enriquece la experiencia corporal y el movimiento y permite la apropiación y creación de nuevas posibilidades y desarrollo de competencia comunicativa.

### *Facilitar la interacción humana*

En la relación con las personas el niño va aprendiendo algunas destrezas ya que a través de compartir experiencias, sugerencias y ejemplos se propician las condiciones para el aprendizaje. Además, la comunicación con los otros sirve como punto de referencia para mejorar la calidad de las destrezas, para modificarlas y para crear nuevas prácticas.

### *Orientar la experiencia del resultado*

Cuando en la aplicación de las nuevas destrezas se obtiene éxito, éste se convierte en impulso para continuar y perfeccionar su acción, mientras que los fracasos repetidos pueden constituirse en grandes obstáculos que limitan la ejecución. Por ello es necesario que se aprecien y reconozcan los logros del estudiante, lo cual sirve como un elemento de formación social y de respeto ante sí mismo y los demás y para asumir una actitud constructiva ante la victoria o la derrota. La práctica de la educación física, de la recreación y los deportes ofrece múltiples oportunidades para aprender a convivir, a crecer juntos. En las actividades de conjunto se descubre la complejidad de la interacción humana porque surgen diversos roles, porque afloran los estados de ánimo de las personas cada una con sus intereses. Es muy importante comprender que esas situaciones son propias de la vida en grupo, en sociedad y que conviene aprender a actuar de acuerdo con principios y valores éticos que procuran el bienestar de todos y cada uno.

### La Estructura del Programa Comprende:

#### *Gimnasia*

Orden, locomoción, posiciones fundamentales, ejercicios localizados, ejercicios de libre iniciativa por parte del alumno, ejercicios de agilidad y destreza, combinación de ejercicios de relajación, gimnasia musicalizada para damas, trabajo por grupos y evaluación. Atletismo, velocidad, saltos, lanzamientos.

#### *Deportes:*

Baloncesto, Volibol, Fútbol, de los cuales se enseñan destrezas, juegos de aplicación, competencias adaptadas, información empírica sobre reglamento y evaluación.

## Estructura de los Contenidos de educación Física

proceso	G R A D O S	Desarrollo físico y motriz	Organización del tiempo y el espacio	Formación y realización y técnica	Interpelación social y cultural	Lenguaje y expresión corporal	proyecto	Logros
Ejes generadores de contenidos	1 2 3	Relación dinámica entre movimiento corporal y objetos	Exploración ampliación y entorno	Combinaciones de movimiento	Diferenciación comportamiento de acuerdo al lugar	Representaciones  A partir de iniciativas propias	Cuerpo interacción e iniciativa	Utiliza el en torno como el lugar de realización de sus posibilidades corporales
	4 5	Identificación de capacidades corporales y de sentido	Relación diferenciación espacios y Tiempos ambientes	Organización de movimientos de acuerdo con un fin	Hábitos cuidado personal y su entorno	Representación de ideas sentimientos y valores	Construcción y apropiación de movimientos	Experimenta las posibilidades y las finalidades del movimiento

## PROPUESTA PARA EL GRADO PRIMERO

Eje Temático	Núcleo temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividades de aprendizaje
Mis posibilidades corpóreas	El cuerpo se reconoce	Valor: La armonía	<p>1. Nombrar e identifica las diferentes partes del cuerpo y sus respectivas Funciones.</p> <p>2. Comprender la importancia y cuidado del cuerpo, para un mejor desarrollo motriz</p>	20 horas	<p>Parte inicial</p> <p>Se formarán por parejas y a cada una se les entregarán tizas de colores.</p> <p>Deben dibujar el contorno del cuerpo de la pareja. Al terminar, cada uno debe llenar su contorno con detalles del rostro, el cuerpo y colorear las partes de su cuerpo a su gusto.</p> <p>-Posteriormente, todos observarán el trabajo hecho.</p> <p>Parte central</p> <p>El docente podrá, en actividad, recalcar las cualidades que posee cada niño, la diferencia y la belleza que cada uno tiene. También puede hacer reflexiones sobre la riqueza e importancia de la diferencia, contrastando con lo aburrido y poco enriquecedor de la igualdad.</p> <p>Parte final</p> <p>Se brindará a cada niño, greda, arcilla o plastilina para que elabore una escultura o representación del cuerpo humano que, igualmente, compartirá con el resto del grupo.</p> <p>Utilizar en diferentes formas sus segmentos Corporales</p>

	El cuerpo se siente y se percibe	Valor: El Respeto.	<p>1. Identificar los cinco sentidos y la percepción sinestésica.</p> <p>2. Conocer la importancia de los sentidos en la vida y para las actividades físicas</p>	<p>Como actividad introductoria se trabajará en un andén, tronco que tenga firmeza o banco gimnástico. Los niños realizarán diferentes recorridos de manera libre, caminando hacia delante, hacia atrás, de lado, girando, con y sin ayuda, el profesor debe de estar atento a lo que puedan necesitar.</p> <p>-Los niños se dividen en dos grupos. El primer grupo trabajará con zancos, realizando un recorrido de 3 metros, ida y vuelta. (la indicación de cómo se hacen se encuentra en la Unidad de materiales)</p> <p>El segundo grupo se sienta en hilera y se turnarán las tablas de desequilibrio (la indicación se encuentra en la Unidad de Materiales).</p> <p>El docente deberá indicar que por cada grupo pasarán cinco niños y tendrán 2 minutos para realizar la actividad.</p> <p>-Los niños se forman tomados de la mano, por parejas, que a su vez, estarán organizadas en 4 hileras, se realiza un recorrido ida y regreso en el cual deben avanzar con los zancos (la indicación de cómo se hace se encuentra en la Unidad de Materiales).</p> <p>Realizar juegos senso-perceptivos donde reconoce texturas, olores, formas, direcciones, movimientos</p>
--	----------------------------------	--------------------	--	---

	El cuerpo se expande y se recoge	Valor: la paciencia.	<p>1.Reconocer la diferencia entre tensión y relajación.</p> <p>2.Practicar La relajación como aspecto importante para la vida diaria y las actividades físicas</p>	<p>-Los niños se forman por pequeños grupos, se les pide que cierren los ojos y se rota una bolsa en cada grupo, en la cual depositaremos diferentes elementos para que, por medio del tacto, los identifiquen. Al terminar de rotar la bolsa, los niños expresan con sus</p> <p>-Se les explica la actividad. Ellos deben formarse en hilera y caminar teniendo como referencia una cuerda (ésta debe ser lo más larga posible). De la cuerda colgarán pequeñas bolsas de tela que por dentro tienen objetos que emiten un olor característico, igualmente, objetos de diferentes texturas. Los niños hacen el recorrido encontrando diferentes bolsas, tratarán de identificar los olores sintiendo las texturas.</p> <p>-Se le pide a los niños que se quiten la venda y cuenten cómo se sintieron, qué olores encontraron y qué fue lo que más les gustó de la actividad.</p> <p>-Se les pide nuevamente que se cubran los ojos y en un espacio abierto y caminar siguiendo las palmas del docente, deben realizar pequeños saltos y otros ejercicios que no generen temor ni riesgo. Para finalizar la actividad, se les dice que todos siguiendo las palmas del docente, deben realizar pequeños saltos y otros ejercicios que no generen temor ni riesgo. Para finalizar la actividad, se les dice que toquen al compañero o compañera que encuentren más cercano y traten de identificar quién es. Finalmente, se recostarán en el piso y se quitarán la venda. Dominar las habilidades básicas de movimiento y realiza actividades en las cuales requiere superar obstáculos La respiración y</p> <p>Importancia en las actividades físicas y la vida.</p>
--	----------------------------------	----------------------	---	---

	Habilidades y Destrezas	Valor: la sabiduría.	1. Identificar las habilidades básicas y los gestos que denotan el dominio de las mismas.	<p>-Se divide al grupo en tres subgrupos. El docente les cuenta que tiene una varita mágica y que los va a convertir en diferentes animales. Ellos deben representarlos lo mejor posible para volver a la normalidad, cada grupo muestra su representación, donde se incluya diferentes formas de desplazarse del animal que están imitando. Luego el grupo les va a pedir que se desplacen de otras formas.</p> <p>Se organizarán filas de 6 u 8 participantes cada una, todas con el mismo número de alumnos. El docente explicará el relevo. En éste cada niño debe pasar a la fila del frente, tocar con la mano al compañero que está de primero, para que igualmente él cambie de fila. Los niños son los encargados de proponer como se van a realizar los relevos, cada grupo propone una forma y así sucesivamente. El docente puede indicar cambios en la manera de ejecutar los relevos, corriendo, caminando hacia atrás, en cuadrupedia, saltando y otras formas. Los niños distribuidos en subgrupos, realizarán el circuito caminando, saltando, rodando, corriendo, etc.; la dinámica será propuesta por ellos mismos, utilizando los siguientes elementos: cuerdas, aros, llantas, y pelotas. Actividades para el desarrollo de la flexibilidad.</p> <p>Manipular los diferentes materiales de forma creativa y espontánea.</p>
--	-------------------------	----------------------	---	--

Eje Temático	Núcleo temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Juegos luctatorios	Mantengo el equilibrio	Valor: La amistad.	<p>1.Elaborar preconceptos de acuerdo con las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué importancia le das al traicionar para tu formación?</p>	20 horas	<p>-Se prepara una viga o banca por la cual pasarán los participantes caminando hacia atrás, adelante, en cuadrúpeda y otras formas de desplazamiento propuestas por los niños.</p> <p>-Por grupos se cinco suben a la viga y en una actividad de libre exploración realizan actividades de equilibrio. -Por grupos de cinco suben a la viga y el docente lanzará balones para que los atrapen sin dejarse caer.</p> <p>-Dentro de un círculo dibujado o un aro, se ubican por parejas. Una vez allí a la orden del docente, cada compañero intentará sacar al otro del círculo.</p> <p>Importante usar colchonetas si es posible para las actividades y juegos.</p> <p>-Por parejas realizarán una lucha evitando caer de la viga.-Los niños jugarán libremente en las colchonetas. El profesor siempre está atento a lo que realizan los estudiantes.</p> <p>-Compartir con el grupo la experiencia y hablar sobre las recomendaciones a tener en cuenta para no perder el equilibrio. Cada niño expresa su preconceptos.</p> <p>Realizar actividades y juegos donde los niños puedan mantener diferentes posiciones de equilibrio variando los apoyos, en superficies amplia y pequeña.</p>

	<p>Tomo el piso con tranquilidad</p>	<p>Valor: La humildad.</p>	<p>1.explicar Qué es una base de sustentación?</p> <p>2.Conocer Qué relación existe entre la base de sustentación y el equilibrio?</p>	<p>Si es posible, rodar por una pendiente con cartones.</p> <p>-Utilizando colchonetas, cartones, periódicos y otras superficies, los participantes rodarán y caerán, buscando las formas más agradables y seguras.</p> <p>-Por grupos de a cuatro los llevarán a un compañero y los harán rodar en diferentes posiciones, buscando que no se lastime y que la experiencia sea agradable.</p> <p>-En un arenero o colchoneta de seguridad, los participantes saltarán desde la altura de una banca, alcanzando la mayor distancia posible. Posteriormente, al saltar intentarán caer y posteriormente rodar de lado.</p> <p>En el mismo espacio, cada niño presentará una actividad relacionada con el salto y la caída desde una altura que pueda dominar.-Compartir con el grupo la experiencia y hablar sobre las recomendaciones a tener en cuenta para no perder el equilibrio. Cada niño expresa su preconceptos.</p> <p>Jugar con diferentes elementos que les permitan reconocer los conceptos planteados Juegos donde se sentirán inmovilizados e inmovilizarán a sus amigos sin generar molestias en ellos</p>
--	--------------------------------------	----------------------------	--	--

	<p>Tracción y halo defendiendo el equilibrio</p>	<p>Valor: la cooperación.</p>	<p>1.Explicar el halar para tu Vida propia?</p>	<p>-Por parejas, en una colchoneta intentarán tumbar a su compañero y hacer que coloque la espalda en el piso.</p> <p>-Juego: Por grupos deben perseguir a un compañero tratar de inmovilizar y trasportarlo de un lugar a otro. Por parejas o grupos se organizan con un lazo y halarán éste hasta que el contrario pierda el equilibrio. Luego se realiza el ejercicio por grupos.-Juego: los estudiantes se dividen en dos grupos. Cada uno de ellos transportará a los compañeros de grupo contrario como lo deseen a su base.</p> <p>-Juego: Policías y ladrones, pero para inmovilizar debemos dar tres "golpes" en la espalda del ladrón.</p> <p>El maestro siempre estará atento para resaltar actividades innovadoras, y para corregir cualquier desviación del objetivo, posturas inadecuadas o que implique violencia,</p> <p>Realizar juegos de tracción con los compañeros, reconociendo los apoyos y la base de sustentación.</p>
--	--	-------------------------------	---	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Construyendo juguetes y transformando materiales para nuestra clase	Elaboración de materiales para la clase.	Valor: La Tolerancia.	<p>1.Reconocer las cualidades físicas de diferentes materiales haciendo transferencia de algunos conceptos básicos de las ciencias naturales.</p> <p>2.Identificar el valor del aprovechamiento de recursos del medio ambiente, su impacto económico y ecológico.</p> <p>3.Identificar Cuidado necesarios que se deben tener en las actividades de construcción, con el fin de evitar Accidentes.</p>	10 horas	<p>Elaboración de :</p> <p>Bola de trapo</p> <p>Bolsa de arroz</p> <p>Cintas de rítmica</p> <p>Tablas de desequilibrio</p> <p>Aros</p> <p>Bates</p> <p>Pelota loca</p> <p>Canastilla de atrapar</p> <p>Ringletes</p> <p>Balones medicinales</p> <p>Cien pies</p> <p>Zancos</p> <p>Mirar videos y explicación</p>

					<p>La realización de los materiales y elementos que usted y sus colegas, los niños también conozcan, serán de gran ayuda para que la clase de educación física sea más amena, creativa e interesante para Todos.</p>
--	--	--	--	--	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
La pelota me motiva	Pásame la pelota	Valor: La sinceridad.	<p>1. Explicar ¿Cómo puedo aumentar mi capacidad Motriz con la pelota?</p> <p>2. Conocer ¿Qué importancia tienen las habilidades y destrezas a la hora de trabajar con la pelota y otros elementos?</p> <p>3. Explicar, ¿Puedo hacer figuras con la pelota y que posibilidades me brinda para mi desarrollo?</p>	Horas 10	<p>-Cada niño con una pelota busca blancos imaginarios y lanza la pelota desde diferentes distancias y partiendo de diferentes posiciones.</p> <p>-Luego realiza lo mismo pero con un compañero, lanzando los dos al mismo punto. -Los niños manipulan el material de forma libre y creativa. A partir de los comportamientos observados en la parte inicial propóngales:</p> <p>-Hacer rodar la pelota por encima del cuerpo del compañero.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre el cuerpo, de una mano a otra, pasando por los brazos abiertos en cruz y por el pecho. -Hacer rodar la pelota sobre el cuerpo, de una mano a otra, pasando por los brazos abiertos en cruz y por el pecho.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre la palma de la mano.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre la espalda.</p> <p>"Motivar a los estudiantes a descubrir partes del cuerpo sobre las que pueden hacer rodar la pelota". Los niños proponen un juego o varios, donde se tenga que realizar con la pelota, alguna función dentro del juego.</p>

	<p>Bota, bota la Pelota</p>	<p>Valor: La unidad.</p>	<p>1.Explicar ¿Puedo adquirir coordinación con la pelota? ¿De qué manera mejoro la coordinación temporo–espacial?</p> <p>2.Conocer ¿Cuándo se ve favorecida mi percepción rítmica con la pelota?</p> <p>3.Explicar Cómo se evidencia la coordinación en los juegos de bote de la pelota?</p>	<p>1.Juego batalla de pelotas</p> <p>-Se delimitan dos campos divididos por una red, cuerda o banco (o línea de tiza), en cada campo se coloca un equipo con un número determinado de balones (de 10 a 20).</p> <p>A una señal, cada equipo envía sus pelotas con las manos al campo contrario e intenta bloquear y devolver las pelotas que le llegan. A una señal, se para el juego. Gana el equipo que haya vaciado más pelotas de su campo. Se repite el juego varias veces modificando las formas de lanzar la pelota</p> <p>Después de un tiempo de juego se para y se le pregunta si desean volver a planear la actividad -Organizar grupos de niños, quienes propondrán actividades o juegos donde se desarrollen diferentes formas de lanzar, patear, atrapar, golpear, driblar, conducir la pelota.</p> <p>-Intercambiar los grupos y variar las actividades según acuerdos de los niños.</p>
--	-----------------------------	--------------------------	--	---

	<p>Pásame la pelota</p>	<p>Valor: La Fortaleza.</p>	<p>1. Formar posibilidades de movimiento. Control y dominio motor y corporal desde Valoración del trabajo bien ejecutado</p> <p>2. Mejorar los esquemas motores básicos de movimiento por medio de la pelota?</p>		<p>Juego: “la cadena de bomberos”</p> <p>Distribuir la clase en filas de 8 a 10 estudiantes.</p> <p>Se coloca un cesto lleno de balones en un extremo y otro vacío en el otro. Se debe vaciar un cesto y llenar el otro. Ganará el equipo que llene su cesto más rápidamente.</p> <p>El equipo que más puntos haya conseguido será el encargado de recoger los cestos de balones y llevarlos a su sitio.</p>
--	-------------------------	-----------------------------	---	--	--

	<p>¿Quién lanza más lejos?</p>	<p>Valor: La participación.</p>	<p>Controlar alturas, distancias y velocidades al pasar la pelota explicar cuando          ¿La lateralidad se ve favorecida cuando trabajo con el balón?</p> <p>2. Conocer Con cual mano lanzamos mejor Trabajemos alternadamente</p> <p>3. Enriquecer el lanzamiento mi precisión.</p> <p>Ayudar al dominio manipulativo lanzar y recibir el balón</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lanzamientos de la pelota al aire de todas las maneras posibles.</li> <li>-Imitación de los lanzamientos de sus compañeros.</li> <li>-Lanzar una pelota al aire varias veces.</li> <li>-Lanzar la pelota al aire lo más alto posible con las dos manos.</li> <li>-Lanzar la pelota los más lejos posible.</li> <li>-Lanzar la pelota hacia atrás por encima de la cabeza y cogerla antes de que caiga al Lanzar la pelota al aire lo más alto posible con las dos manos.</li> <li>-Lanzar la pelota los más lejos posible.</li> <li>-Lanzar la pelota hacia atrás por encima de la cabeza y cogerla antes de que caiga al suelo. -En carrera, lanzar la pelota hacia delante y cogerla después de un giro.</li> <li>- "Probar todas las posibilidades, modificando la postura corporal: de pie, sentado, estirados, de rodillas, combinando lados izquierdo y derecho y de las formas que los niños propongan ".Realizar por parejas las siguientes actividades con la pelota:</li> </ul>
--	--------------------------------	---------------------------------	---	---

	Golpear el balón	Valor: la valentía	<p>1. Buscar formas jugadas de Incentivar una actitud de coordinación el Golpeo?</p> <p>2. coordinar Visión motora</p> <p>3. perfeccionar. Los desplazamientos con el balón se sitúan en un espacio y en un tiempo.</p> <p>4. comprender la coordinación Para mejorar desplazamientos.</p> <p>5. Conocer Cómo influyen el tamaño, la textura, el peso, etc., de la pelota en el desarrollo de la coordinación de Diversos tamaños, formas y figuras con la pelota.</p>	<p>Para realizar esta sesión se recomienda hacerla en un espacio cubierto o salón, para evitar el viento u objetos que puedan reventar el globo.</p> <p>Los niños jugarán con los globos libremente en el espacio, si el profesor observa y considera que es necesario proponer consignas puede hacer las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentar libremente formas de golpear el globo con diferentes partes del cuerpo en forma individual y por parejas.</li> <li>- Colocados por parejas, uno frente al otro, realizar pases de globos mediante golpeo con diferentes partes del cuerpo.</li> <li>- Pasar el globo golpeándolo con el brazo.</li> <li>- Golpear el globo hacia arriba y luego pasar al compañero. Intentar, mediante golpes, que el globo no toque el suelo.</li> <li>- Golpear el globo con la cabeza y pasarlo al compañero. -Intentar, mediante golpes, que el globo no toque el suelo.</li> <li>- Igualmente, en parejas, uno lanza el globo y el compañero le dice con qué parte del cuerpo debe realizar el golpe. -Rebotes sobre la cabeza.</li> <li>- Rebote sobre el pie.</li> </ul> <p>"Realizar desplazamientos pasándose el globo mediante el golpeo con los diferentes segmentos corporales"</p>
--	------------------	-----------------------	--	---

	Lanza y Pasa	Valor: La Creatividad.	<p>1. Comprender y entender la reacción para la ejecución de los diferentes juegos colectivos.</p> <p>2. Desarrollar la coordinación viso motora. Con el balón aumento mi velocidad de reacción.</p> <p>3. Combinar Actividades en parejas para realizar intercambio con el balón.</p> <p>4. Realizar formas jugadas que me permitan interceptar el balón.</p>	<p>-Lanzar con las dos manos desde abajo.</p> <p>-Lanzar hacia atrás con las dos manos.</p> <p>-Lanzar con una sola mano, etc.</p> <p>-Antes de iniciar el juego se le da un tiempo de-Lanzar con una sola mano, etc.</p> <p>-Antes de iniciar el juego se le da un tiempo determinado a los niños y niñas para que planeen como van a realizar el juego</p> <p>Juego voleibol Distribuirse por el espacio en grupo de a 6 con un banco sueco(cuerda o resorte) y un globo. A cada lado del banco, se disponen tres personas, de manera que el banco divida el campo. Cada grupo debe realizar intercambios de globos mediante golpeo, de diversas maneras, los mismos niños crean reglas de juego.</p>
--	--------------	------------------------	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Mi cuerpo en escena	Mi mundo perceptivo	Valor: La Responsabilidad .	<p>1.Desarrollar las habilidades y destrezas combinadas con las Capacidad es expresivo-motriz.</p> <p>¿Cómo exploro con mi cuerpo?</p> <p>¿Cómo puedes explicar el Significado del ritmo?</p> <p>2.Identificar y valorar su ritmo biológico</p> <p>¿Tengo un ritmo propio?</p> <p>¿Qué puedo percibir del otro?</p>	10 horas	<p>Calentamiento Por medio de rondas, realizar diferentes movimientos y desplazamientos que le permitan a los estudiantes aumentar su temperatura corporal.</p> <p>Que la propongan los estudiantes. -Por tríos, uno detrás de otro, desplazarse en caballitos, dando palmadas adelante y atrás, todos a un mismo tiempo. Repetir hasta cuando haya igualdad en los movimientos.</p> <p>-Cada grupo crea una variante a la actividad anterior, procurando ajustar el ritmo individual al trabajo grupal.</p> <p>-Por grupos, el profesor da una forma de desplazamiento para cada grupo, así: Grupo1 caballitos, grupo 2 golpe lateral, grupo 3 salto de rana, etc. y los niños deben crear con las palmas, golpes variados que se acoplen a esos desplazamientos. -Cada grupo crea una variante a la actividad anterior, procurando ajustar el ritmo individual al trabajo grupal.</p> <p>-Por grupos, el profesor da una forma de desplazamiento para cada grupo, así: Grupo1 caballitos, grupo 2 golpe lateral, grupo 3 salto de rana, etc. y los niños deben crear con las palmas, golpes variados que se acoplen a esos desplazamientos.</p>

	Mi cuerpo y el entorno	Valor: El amor.	<p>1. Conocer la Imagen corporal, concepto corporal, equilibrio, coordinación lateralidad, etc.</p> <p>¿Cuándo trabajo el equilibrio ¿Para qué me sirve el equilibrio? ¿Cómo me muevo en el espacio? ¿Qué es organización temporo-espacial? ¿Qué escenarios existen en mi entorno? Qué dice mi cuerpo al moverse</p>	<p>-Por medio del ritmo musical, aumentaremos la temperatura corporal y pondremos nuestro cuerpo listo para la realización de otras actividades. -Los niños escogen un ritmo con el que quieran hacer esta parte de la sesión. -Saltar de una banca a un aro que está en el piso, cayendo en diferentes posiciones.</p> <p>-Pasar a lo largo de una banca a diferentes velocidades y de diferentes maneras. -Correr y saltar la banca, silla, muro bajito, en un pie, en dos pies.</p> <p>-Desplazarse sobre la banca saltando en un sólo pie, cada tres saltos dar un giro y continuar hasta llegar al lado opuesto.</p> <p>-Por parejas, cada niño toma con una mano un pie de su compañero y se desplazan, primero libremente, luego hacia una dirección determinada, luego sobre una línea. El niño deberá ir buscando mayor dificultad cada vez.</p> <p>-Desplazamientos sobre zonas construidas con tarros o similares, el estudiante creará diversas formas de desplazamiento. -Por parejas en "caballito" perseguir a otros compañeros delimitando el espacio.</p> <p>-Los niños proponen actividades y juegos que se jueguen en caballito</p>
--	------------------------	--------------------	--	--

	<p>Mi cuerpo y la expresión corporal</p>	<p>Valor: La Justicia.</p>	<p>Explicar...</p> <p>¿Cuándo soy Expresivo con mi Cuerpo?</p> <p>¿Cómo me expreso a través de la música?</p> <p>¿Cuándo desarrollo mi expresión corporal</p>		<p>Calentamiento: -</p> <p>Movilidad articular y estiramientos.</p> <p>-Desplazamiento por el espacio y a la voz de "paquetes de ..." se han de agrupar, según el número que se indique. Aquel alumno que se quede sin formar paquetes, se quedará quieto un turno; se irán haciendo agrupaciones hasta que formemos paquetes de 4, entonces ya tendremos los grupos preparados para la actividad posterior.</p> <p>Organizar el grupo en equipos de a 4, asignarle a cada grupo un elemento (claves, aros, cintas, bastones, pompones, sombrillas, etc), los cuales organizarán de acuerdo a un ritmo diferentes coreografías, que después se presentarán al grupo.</p>
--	--	----------------------------	---	--	--

	<p>Interacción y comunicación</p>	<p>Valor: La Expresión.</p>	<p>1. Mejorar mi Comunicación</p> <p>2. Valorar la importancia del otro para mi crecimiento personal</p> <p>Explicar la importancia de la colaboración y comunicación como instrumento, para realizar con éxito diversas actividades.</p> <p>Jugando también me comunico</p>		<p>Promover actividades como juegos dirigidos colectivos y de comparación donde se facilite la comunicación .</p> <p>Motivar a los estudiantes a realizar una buena observación de las actividades de sus compañeros.</p> <p>A través de Juegos potencien la función de transmitir facultades comunicativas mediante la actividad física</p>
--	-----------------------------------	---------------------------------	--	--	--

	<p>Jugando con mis compañeros</p>	<p>Valor: La Creatividad.</p>	<p>Jugar ¿Jugando nos conocemos? ¿Jugando aprendemos? ¿Soy feliz jugando?</p>		<p>Realizar dinámicas de Conocimiento grupal e individual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tingo tingo tango</li> <li>- bolita en mano y pie</li> <li>- encuentra la bolita</li> </ul> <p>Programar actividades de integración de áreas Presentación de sentimientos y emociones en el juego.</p>
--	-----------------------------------	-----------------------------------	---	--	--

	<p>Expresiones motrices artísticas</p>	<p>Valor: La Motivación.</p>	<p>1. conocer ¿Cómo se expresa Mis manos?</p> <p>¿Sirven Como componentes en lo teatral mis diferentes estados de ánimo?</p> <p>2. Explica el concepto de danza?</p>	<p>Estimular a los estudiantes con diferentes ejercicios la creación ritmo-expresivo.</p> <p>Trabajar diversas expresiones corporales por medio de cuentos animados.</p> <p>Potenciar las capacidades rítmico-dancísticas A través de la expresión de su propio cuerpo.</p>
--	--	------------------------------	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Jugando con elementos	La cuerda me divierte	Valor: La Lealtad.	<p>1. Distinguir y valorar sus capacidades físicas.</p> <p>2. Explicar, ¿Cómo puedo utilizar la cuerda?</p> <p>¿Qué posibilidades me da la cuerda para mejorar mis habilidades motrices?</p> <p>¿Me ayuda la cuerda a entender nuevos conceptos?</p>	10 Horas	<p>-Experimentar diferentes tipos de desplazamientos usando la cuerda.</p> <p>-Caminar sobre la cuerda haciendo equilibrio. -Colocar la cuerda en el piso formando un círculo, saltar adentro, afuera en: zig-zag, piernas separadas, juntas, cambiando de dirección.</p> <p>-Halar la cuerda por grupos. -Exploración con la cuerda en 10 minutos, luego le indicamos tocar todo el cuerpo con la cuerda para sensibilizarlos con el elemento. -Tomar la soga por sus extremos con cada mano, se hace girar por arriba, saltamos continuamente sobre ella.</p> <p>-Bolear o girar la cuerda por la izquierda del cuerpo, por la derecha y luego sobre el cuerpo saltando, para continuar el ejercicio.</p> <p>-El ejercicio anterior agregando desplazamientos adelante</p> <p>Flexión de rodillas, tomar los dos extremos de la soga con una mano, girarla por debajo del cuerpo y saltarla en forma continua. -Hacerla girar una vuelta sobre la cabeza y otra cerca del suelo, saltando.</p> <p>-Avanzar corriendo y haciendo girar la soga con amplitud; saltar cada 3 ó 4 pasos con un solo voleo. Saltar la cuerda separando y uniendo los pies.</p> <p>-Saltar alternando los pies. -Saltar sencillo con apoyo de los pies.</p>

	<p>Exploro con el aro</p>	<p>Valor: La Igualdad social.</p>	<p>1.Utilizar La creatividad e imaginación en interacción con los elementos. Con el aro experimentar otras posibilidades de movimiento</p>	<p>Los niños realizarán en esta parte de la sesión un juego de los que más les haya gustado de otras sesiones de clase</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Experimentar, primero individualmente y luego por parejas y tríos diferentes actividades y juegos con los aros. -Se pueden orientar algunas tareas semidefinidas, usando juegos y ejercicios en el lugar, con desplazamientos, con cambios de velocidad y dirección, con mano izquierda o derecha, por parejas y grupos. -Luego se pueden sugerir algunas de las siguientes actividades según la iniciativa y las necesidades de los niños.</li> <li>-Hacer girar el aro alrededor de los brazos o la muñeca, alrededor del cuello, de la cintura y tobillo. -Llevar el aro rodando, cambiando la mano que lo lleva sin perder continuidad, ni dirección.</li> <li>-Saltar con el aro como si fuera una cuerda. -Lanzar el aro hacia adelante con impulso de la rotación en sentido contrario, de tal manera que regrese a las manos del ejecutante.</li> <li>-Lanzar el aro hacia delante, correr y recibirlo. -Sentados, levantar una pierna con el aro en posición de cuadrúpedo</li> <li>-En parejas, saltar el aro que el compañero lanza rodando y enseguida tomarlo.</li> <li>-Lanzar el aro con suavidad en forma horizontal hacia arriba. El compañero trata de que caiga sobre él. -Los niños construirán juegos con el material de trabajo, si necesitan otro material se les facilitará un recorrido de obstáculos para realizarlo por grupos. Cada grupo construirá uno diferente.</li> <li>-Los niños construirán juegos con el material de trabajo, si necesitan otro material se les facilitará un recorrido de obstáculos para realizarlo por grupos. Cada grupo construirá uno diferente.</li> </ul>
--	---------------------------	-----------------------------------	--	---

	Me prolongo con el bastón	Valor: La Sencillez.	<p>1. Identificar ¿Qué otras habilidades puedo desarrollar con el bastón?</p> <p>2. aplicar las capacidades socio motrices. la Importancia del trabajo en grupo. los aportes que doy y recibo en el trabajo grupal</p>		<p>Plantear la necesidad del respeto, la concentración, y la responsabilidad en el trabajo con este elemento, debido a los riesgos de accidentes que pueden ocurrir por un manejo no adecuado. Juego del ven y vete: el grupo se formará en círculo excepto un estudiante que va a correr alrededor, cuando este toque a un compañero diciéndole ven, este saldrá corriendo en la misma dirección y ocupará el puesto que quedó vacío y empezará a correr en sentido contrario para alcanzar el mismo objetivo. Los niños jugarán libremente en grupos utilizando el bastón y otros elementos complementarios como: la cuerda y la pelota.</p>
--	---------------------------	----------------------	--	--	--

	Soy feliz con la pelota	Valor: La paz.	<p>1. Compartir.</p> <p>¿Me puedo comunicar por medio de la pelota y otros elementos</p> <p>¿Cómo aprovechar la pelota para adquirir las posibilidades básicas?</p> <p>¿Cómo resuelvo tareas motrices?</p>		<p>Experimentar diferentes formas de lanzamiento y recepción en trabajo grupal posibilitando ambientes de espontaneidad y creación.</p> <p>Actividades donde se trabaje la coordinación que mejoren las habilidades y destrezas. Creación de juegos individuales y colectivos donde se asignen áreas con diferentes Grados de dificultad.</p>
--	-------------------------	-------------------	--	--	---

	<p>Rodando en la colchoneta voy explorando</p>	<p>Valor: La Tolerancia.</p>	<p>1.Comprender y explicar el concepto de flexibilidad para la vida diaria</p> <p>2.Dosificar y regular del ejercicio.</p>		<p>Realizar ejercicios de estiramiento donde el niño pueda reconocer la capacidad que posee. Estructurar bases donde se asignen tareas de movimiento y se viven cie la regulación y dosificación de ejercicios.</p> <p>Ejecutar actividades orientadas para desarrollar la fuerza y el equilibrio como: rollos adelante y atrás, rueda lateral y otras que se puedan desarrollar, utilizando este elemento.</p>
--	--	------------------------------	--	--	---

	<p>Globos ambientes de fiesta</p>	<p>Valor: La Alegría de trabajar.</p>	<p>1. Conocer Cómo puedo mejorar la respiración</p> <p>¿Qué posibilidades de mejorar las habilidades motrices y las capacidades socio motrices que me brinda el globo?</p> <p>2. Valorar pedagógica, el globo como elemento que motiva la creatividad y el trabajo con los compañeros en un ambiente de</p> <p>Felicidad</p>		<p>Realizar ejercicios de relajación y respiración utilizando diferentes medios.</p> <p>Participar en diversos tipos de juegos, consolidando el sentido de cooperación. Propiciar espacios de recreación, donde se integren todos los participantes del grupo en situaciones de expresión y proyección.</p>
--	---	---	--	--	---

## PROPUESTA PARA EL GRADO SEGUNDO

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividades de aprendizaje
Mis posibilidades corpóreas	El cuerpo se reconoce	Valor: La armonía	<p>1. Nombrar e identificar las diferentes partes del cuerpo y sus respectivas Funciones.</p> <p>2. Comprender la importancia y cuidado del cuerpo, para un mejor desarrollo motriz</p>	16 horas	<p>Parte inicial</p> <p>Se formarán por parejas y a cada una se les entregarán tizas de colores.</p> <p>Deben dibujar el contorno del cuerpo de la pareja. Al terminar, cada uno debe llenar su contorno con detalles del rostro, el cuerpo y colorear las partes de su cuerpo a su gusto.</p> <p>-Posteriormente, todos observarán el trabajo hecho.</p> <p>Parte central</p> <p>El docente podrá, en actividad, recalcar las cualidades que posee cada niño, la diferencia y la belleza que cada uno tiene. También puede hacer reflexiones sobre la riqueza e importancia de la diferencia, contrastando con lo aburrido y poco enriquecedor de la igualdad.</p>

					<p>Parte final</p> <p>Se brindará a cada niño, greda, arcilla o plastilina para que elabore una escultura o representación del cuerpo humano que, igualmente, compartirá con el resto del grupo.</p> <p>Utilizar en diferentes formas sus segmentos Corporales.</p>
	El cuerpo se siente y se percibe	Valor: El Respeto.	<p>1. Identificar los cinco sentidos y la percepción sinestésica.</p> <p>2. Conocer la importancia de los sentidos en la vida y para las actividades físicas</p>		<p>Como actividad introductoria se trabajará en un andén, tronco que tenga firmeza o banco gimnástico. Los niños realizarán diferentes recorridos de manera libre, caminando hacia delante, hacia atrás, de lado, girando, con y sin ayuda, el profesor debe de estar atento a lo que puedan necesitar.</p> <p>-Los niños se dividen en dos grupos. El primer grupo trabajará con zancos, realizando un recorrido de 3 metros, ida y vuelta. (la indicación de cómo se hacen se encuentra en la Unidad de materiales)</p> <p>El segundo grupo se sienta en hilera y se turnarán las tablas de desequilibrio (la indicación se encuentra en la Unidad de Materiales).</p> <p>El docente deberá indicar que por cada grupo</p>

					<p>pasarán cinco niños y tendrán 2 minutos para realizar la actividad.</p> <p>-Los niños se forman tomados de la mano, por parejas, que a su vez, estarán organizadas en 4 hileras, se realiza un recorrido ida y regreso en el cual deben avanzar con los zancos (la indicación de cómo se hace se encuentra en la Unidad de Materiales).</p> <p>Realizar juegos senso-perceptivos donde reconoce texturas, olores, formas, direcciones, movimientos</p>
--	--	--	--	--	---

	El cuerpo se expande y se recoge	Valor: la paciencia.	<p>1.Reconocer la diferencia entre tensión y relajación.</p> <p>2.Practicar La relajación como aspecto importante para la vida diaria y las actividades físicas</p>	<p>-Los niños se forman por pequeños grupos, se les pide que cierren los ojos y se rota una bolsa en cada grupo, en la cual depositaremos diferentes elementos para que, por medio del tacto, los identifiquen. Al terminar de rotar la bolsa, los niños expresan con sus</p> <p>-Se les explica la actividad. Ellos deben formarse en hilera y caminar teniendo como referencia una cuerda (ésta debe ser lo más larga posible). De la cuerda colgarán pequeñas bolsas de tela que por dentro tienen objetos que emiten un olor característico, igualmente, objetos de diferentes texturas. Los niños hacen el recorrido encontrando diferentes bolsas, tratarán de identificar los olores sintiendo las texturas.</p> <p>-Se le pide a los niños que se quiten la venda y cuenten cómo se sintieron, qué olores encontraron y qué fue lo que más les gustó de la actividad.</p> <p>-Se les pide nuevamente que se cubran los ojos y en un espacio abierto y caminar siguiendo las palmas del docente, deben realizar pequeños saltos y otros ejercicios que no generen temor ni riesgo. Para finalizar la actividad, se les dice que todos siguiendo las palmas del docente, deben realizar pequeños saltos y otros ejercicios que no generen temor ni riesgo. Para finalizar la actividad, se les dice que toquen al compañero o compañera que encuentren más cercano y traten de identificar quién es. Finalmente, se recostarán en el piso y se quitarán la venda. Dominar las habilidades básicas de movimiento y realiza actividades en las cuales requiere superar obstáculos La respiración y Importancia en las actividades físicas y la vida.</p>
--	----------------------------------	----------------------	---	--

	Habilidades y Destrezas	Valor: la sabiduría.	1. Identificar las habilidades básicas y los gestos que denotan el dominio de las mismas.	<p>-Se divide al grupo en tres subgrupos. El docente les cuenta que tiene una varita mágica y que los va a convertir en diferentes animales. Ellos deben representarlos lo mejor posible para volver a la normalidad, cada grupo muestra su representación, donde se incluya diferentes formas de desplazarse del animal que están imitando. Luego el grupo les va a pedir que se desplacen de otras formas.</p> <p>Se organizarán filas de 6 u 8 participantes cada una, todas con el mismo número de alumnos. El docente explicará el relevo. En éste cada niño debe pasar a la fila del frente, tocar con la mano al compañero que está de primero, para que igualmente él cambie de fila. Los niños son los encargados de proponer como se van a realizar los relevos, cada grupo propone una forma y así sucesivamente. El docente puede indicar cambios en la manera de ejecutar los relevos, corriendo, caminando hacia atrás, en cuadrupedia, saltando y otras formas. Los niños distribuidos en subgrupos, realizarán el circuito caminando, saltando, rodando, corriendo, etc.; la dinámica será propuesta por ellos mismos, utilizando los siguientes elementos: cuerdas, aros, llantas, y pelotas. Actividades para el desarrollo de la flexibilidad.</p> <p>Manipular los diferentes materiales de forma creativa y espontánea.</p>
--	-------------------------	----------------------	---	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Juegos luctatorios.	Mantengo el equilibrio	Valor: La amistad.	<p>1.Elaborar preconceptos de acuerdo con las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué importancia le das al traicionar para tu formación?</p>	10 horas	<p>-Se prepara una viga o banca por la cual pasarán los participantes caminando hacia atrás, adelante, en cuadrúpeda y otras formas de desplazamiento propuestas por los niños.</p> <p>-Por grupos se cinco suben a la viga y en una actividad de libre exploración realizan actividades de equilibrio. -Por grupos de cinco suben a la viga y el docente lanzará balones para que los atrapen sin dejarse caer.</p> <p>-Dentro de un círculo dibujado o un aro, se ubican por parejas. Una vez allí a la orden del docente, cada compañero intentará sacar al otro del círculo. Importante usar colchonetas si es posible para las actividades y juegos.</p> <p>-Por parejas realizarán una lucha evitando caer de la viga.-Los niños jugarán libremente en las colchonetas. El profesor siempre está atento a lo que realizan los estudiantes.</p> <p>-Compartir con el grupo la experiencia y hablar sobre las recomendaciones a tener en cuenta para no perder el equilibrio. Cada niño expresa su preconceptos.</p> <p>Realizar actividades y juegos donde los niños puedan mantener diferentes posiciones de equilibrio variando los apoyos, en superficies amplia y pequeña.</p>

	<p>Tomo el piso con tranquilidad</p>	<p>Valor: La humildad.</p>	<p>1.explicar Qué es una base de sustentación?</p> <p>2.Conocer Qué relación existe entre la base de sustentación y el equilibrio?</p>	<p>Si es posible, rodar por una pendiente con cartones.</p> <p>-Utilizando colchonetas, cartones, periódicos y otras superficies, los participantes rodarán y caerán, buscando las formas más agradables y seguras.</p> <p>-Por grupos de a cuatro los llevarán a un compañero y los harán rodar en diferentes posiciones, buscando que no se lastime y que la experiencia sea agradable.</p> <p>-En un arenero o colchoneta de seguridad, los participantes saltarán desde la altura de una banca, alcanzando la mayor distancia posible. Posteriormente, al saltar intentarán caer y posteriormente rodar de lado.</p> <p>En el mismo espacio, cada niño presentará una actividad relacionada con el salto y la caída desde una altura que pueda dominar.-Compartir con el grupo la experiencia y hablar sobre las recomendaciones a tener en cuenta para no perder el equilibrio. Cada niño expresa su preconceptos.</p> <p>Jugar con diferentes elementos que les permitan reconocer los conceptos planteados Juegos donde se sentirán inmovilizados e inmovilizarán a sus amigos sin generar molestias en ellos</p>
--	--------------------------------------	----------------------------	--	--

	Tracción y halo defendiendo el equilibrio	Valor: la cooperación.	1. Explicar el halar para tu Vida propia?	<p>-Por parejas, en una colchoneta intentarán tumbar a su compañero y hacer que coloque la espalda en el piso.</p> <p>-Juego: Por grupos deben perseguir a un compañero tratar de inmovilizar y trasportarlo de un lugar a otro. Por parejas o grupos se organizan con un lazo y halarán éste hasta que el contrario pierda el equilibrio. Luego se realiza el ejercicio por grupos.-Juego: los estudiantes se dividen en dos grupos. Cada uno de ellos transportará a los compañeros de grupo contrario como lo deseen a su base.</p> <p>-Juego: Policías y ladrones, pero para inmovilizar debemos dar tres "golpes" en la espalda del ladrón.</p> <p>El maestro siempre estará atento para resaltar actividades innovadoras, y para corregir cualquier desviación del objetivo, posturas inadecuadas o que implique violencia,</p> <p>Realizar juegos de tracción con los compañeros, reconociendo los apoyos y la base de sustentación.</p>
--	---	------------------------	---	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Construyendo juguetes y transformando materiales para nuestra clase	Elaboración de materiales para la clase.	Valor: La Tolerancia.	<p>1.Reconocer las cualidades físicas de diferentes materiales haciendo transferencia de algunos conceptos básicos de las ciencias naturales.</p> <p>2.Identificar el valor del aprovechamiento de recursos del medio ambiente, su impacto económico y ecológico</p> <p>3.Identificar Cuidados necesarios que se deben tener en las actividades de construcción, con el fin de evitar accidentes.</p>	4 horas	<p>Elaboración de :</p> <p>Bola de trapo</p> <p>Bolsa de arroz</p> <p>Cintas de rítmica</p> <p>Tablas de desequilibrio</p> <p>Aros</p> <p>Bates</p> <p>Pelota loca</p> <p>Canastilla de atrapar</p> <p>Ringletes</p> <p>Balones medicinales</p> <p>Cien pies</p> <p>Zancos</p> <p>Mirar videos y explicación</p>

					<p>La realización de los materiales y elementos que usted y sus colegas, los niños también conozcan, serán de gran ayuda para que la clase de educación física sea más amena, creativa e interesante para todos.</p>
--	--	--	--	--	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
La pelota me motiva	Pásame la pelota	Valor: La sinceridad.	<p>1.Explicar ¿Cómo puedo aumentar mi capacidad motriz con la pelota?</p> <p>2.Conocer ¿Qué importancia tienen las habilidades y destrezas a la hora de trabajar con la pelota y otros elementos?</p> <p>3.explicar¿Puedo hacer figuras con la pelota y que posibilidades me brinda para mi desarrollo?</p>	Horas 20	<p>-Cada niño con una pelota busca blancos imaginarios y lanza la pelota desde diferentes distancias y partiendo de diferentes posiciones.</p> <p>-Luego realiza lo mismo pero con un compañero, lanzando los dos al mismo punto. -Los niños manipulan el material de forma libre y creativa. A partir de los comportamientos observados en la parte inicial propóngales:</p> <p>-Hacer rodar la pelota por encima del cuerpo del compañero.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre el cuerpo, de una mano a otra, pasando por los brazos</p> <p>abiertos en cruz y por el pecho. -Hacer rodar la pelota sobre el cuerpo, de una mano a otra, pasando por los brazos</p> <p>abiertos en cruz y por el pecho.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre la palma de la mano.</p> <p>-Hacer rodar la pelota sobre la espalda.</p> <p>"Motivar a los estudiantes a descubrir partes del cuerpo sobre las que pueden hacer rodar la pelota". Los niños proponen un juego o varios, donde se tenga que realizar con la pelota, alguna función dentro del juego.</p>

	<p>Bota, bota la Pelota</p>	<p>Valor: La unidad.</p>	<p>1.Explicar ¿Puedo adquirir coordinación con la pelota?</p> <p>¿De qué manera mejoro la coordinación temporo– espacial?</p> <p>2.Conocer ¿Cuándo se ve favorecida mi percepción rítmica con la pelota?</p> <p>3.Explicar Cómo se evidencia la coordinación en los juegos de bote de la pelota?</p>	<p>1.Juego batalla de pelotas</p> <p>-Se delimitan dos campos divididos por una red, cuerda o banco (o línea de tiza), en cada campo se coloca un equipo con un número determinado de balones (de 10 a 20).</p> <p>A una señal, cada equipo envía sus pelotas con las manos al campo contrario e intenta bloquear y devolver las pelotas que le llegan. A una señal, se para el juego. Gana el equipo que haya vaciado más pelotas de su campo. Se repite el juego varias veces modificando las formas de lanzar la pelota</p> <p>Después de un tiempo de juego se para y se le pregunta si desean volver a planear la actividad -Organizar grupos de niños, quienes propondrán actividades o juegos donde se desarrollen diferentes formas de lanzar, patear, atrapar, golpear, driblar, conducir la pelota.</p> <p>-Intercambiar los grupos y variar las actividades según acuerdos de los niños.</p>
--	-----------------------------	--------------------------	--	---

	Pásame la pelota	Valor: La Fortaleza.	<p>1. Formar posibilidades de movimiento.</p> <p>Control y dominio motor y corporal desde Valoración del trabajo bien ejecutado</p> <p>2. Mejorar los esquemas motores básicos de movimiento por medio de la pelota?</p>		<p>Juego: “la cadena de bomberos”</p> <p>Distribuir la clase en filas de 8 a 10 estudiantes.</p> <p>Se coloca un cesto lleno de balones en un extremo y otro vacío en el otro. Se debe vaciar un cesto y llenar el otro. Ganará el quipo que llene su cesto más rápidamente.</p> <p>El equipo que más puntos haya conseguido será el encargado de recoger los cestos de balones y llevarlos a su sitio.</p>
--	------------------	----------------------	--	--	---

	<p>¿Quién lanza más lejos?</p>	<p>Valor: La participación.</p>	<p>Controlar alturas, distancias y velocidades al pasar la pelota explicar cuando          ¿La lateralidad se ve favorecida cuando trabajo con el balón?</p> <p>2.Conocer Con cual mano lanzamos mejor Trabajemos alternadamente</p> <p>3.Enriquecer el lanzamiento mi precisión Ayudar al dominio manipulatorio lanzar y recibir el balón</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Lanzamientos de la pelota al aire de todas las maneras posibles.</li> <li>-Imitación de los lanzamientos de sus compañeros.</li> <li>-Lanzar una pelota al aire varias veces.</li> <li>-Lanzar la pelota al aire lo más alto posible con las dos manos.</li> <li>-Lanzar la pelota los más lejos posible.</li> <li>-Lanzar la pelota hacia atrás por encima de la cabeza y cogerla antes de que caiga al Lanzar la pelota al aire lo más alto posible con las dos manos.</li> <li>-Lanzar la pelota los más lejos posible.</li> <li>-Lanzar la pelota hacia atrás por encima de la cabeza y cogerla antes de que caiga al suelo. -En carrera, lanzar la pelota hacia delante y cogerla después de un giro.</li> <li>- "Probar todas las posibilidades, modificando la postura corporal: de pie, sentado, estirados, de rodillas, combinando lados izquierdo y derecho y de las formas que los niños propongan ".Realizar por parejas las siguientes actividades con la pelota:</li> </ul>
--	--------------------------------	---------------------------------	--	---

	Golpear el balón	Valor la valentía	<p>1. Buscar formas jugadas de Incentivar una actitud de coordinación el golpeo?</p> <p>2. coordinar Visión motora</p> <p>3. perfeccionar. Los desplazamientos con el balón me sitúan en un espacio y en un tiempo.</p> <p>4. comprender la coordinación Para mejorar desplazamientos.</p> <p>5. Conocer Cómo influyen el tamaño, la textura, el peso, etc., de la pelota en el desarrollo de la coordinación de Diversos tamaños, formas y figuras con la pelota.</p>	<p>Para realizar esta sesión se recomienda hacerla en un espacio cubierto o salón, para evitar el viento u objetos que puedan reventar el globo.</p> <p>Los niños jugarán con los globos libremente en el espacio, si el profesor observa y considera que es necesario proponer consignas puede hacer las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentar libremente formas de golpear el globo con diferentes partes del cuerpo en forma individual y por parejas.</li> <li>- Colocados por parejas, uno frente al otro, realizar pases de globos mediante golpeo con diferentes partes del cuerpo.</li> <li>- Pasar el globo golpeándolo con el brazo.</li> <li>- Golpear el globo hacia arriba y luego pasar al compañero. Intentar, mediante golpes, que el globo no toque el suelo.</li> <li>- Golpear el globo con la cabeza y pasarlo al compañero. -Intentar, mediante golpes, que el globo no toque el suelo.</li> <li>- Igualmente, en parejas, uno lanza el globo y el compañero le dice con qué parte del cuerpo debe realizar el golpe. -Rebotes sobre la cabeza.</li> <li>- Rebote sobre el pie.</li> </ul> <p>"Realizar desplazamientos pasándose el globo mediante el golpeo con los diferentes segmentos corporales"</p>
--	------------------	-------------------	--	---

	Lanza y Pasa	Valor: La Creatividad.	<p>1. Comprender y entender la reacción para la ejecución de los diferentes juegos colectivos.</p> <p>2. Desarrollar la coordinación viso motora. Con el balón aumento mi velocidad de reacción.</p> <p>3. Combinar Actividades en parejas para realizar intercambio con el balón.</p> <p>4. Realizar formas jugadas que me permitan interceptar el balón.</p>		<p>-Lanzar con las dos manos desde abajo.</p> <p>-Lanzar hacia atrás con las dos manos.</p> <p>-Lanzar con una sola mano, etc.</p> <p>-Antes de iniciar el juego se le da un tiempo de-Lanzar con una sola mano, etc.</p> <p>-Antes de iniciar el juego se le da un tiempo determinado a los niños y niñas para que planeen como van a realizar el juego</p> <p>Juego voleibol Distribuirse por el espacio en grupo de a 6 con un banco sueco(cuerda o resorte) y un globo. A cada lado del banco, se disponen tres personas, de manera que el banco divida el campo. Cada grupo debe realizar intercambios de globos mediante golpeo, de diversas maneras, los mismos niños crean reglas de juego.</p>
--	--------------	------------------------	--	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Mi cuerpo en escena	Mi mundo perceptivo	Valor: La Responsabilidad.	<p>1.Desarrollar las habilidades y destrezas combinadas con las Capacidades expresivo-motriz.</p> <p>¿Cómo exploro con mi cuerpo?</p> <p>¿Cómo puedes explicar el Significado del ritmo?</p> <p>2.Identificar y valorar su ritmo biológico</p> <p>¿Tengo un ritmo propio?</p> <p>¿Qué puedo percibir del otro?</p>	10 horas	<p>Calentamiento Por medio de rondas, realizar diferentes movimientos y desplazamientos que le permitan a los estudiantes aumentar su temperatura corporal.</p> <p>Que la propongan los estudiantes. -Por tríos, uno detrás de otro, desplazarse en caballitos, dando palmadas adelante y atrás, todos a un mismo tiempo. Repetir hasta cuando haya igualdad en los movimientos.</p> <p>-Cada grupo crea una variante a la actividad anterior, procurando ajustar el ritmo individual al trabajo grupal.</p> <p>-Por grupos, el profesor da una forma de desplazamiento para cada grupo, así: Grupo1 caballitos, grupo 2 golpe lateral, grupo 3 salto de rana, etc. y los niños deben crear con las palmas, golpes variados que se acoplen a esos desplazamientos. -Cada grupo crea una variante a la actividad anterior, procurando ajustar el ritmo individual al trabajo grupal.</p> <p>-Por grupos, el profesor da una forma de desplazamiento para cada grupo, así: Grupo1 caballitos, grupo 2 golpe lateral, grupo 3 salto de rana, etc. y los niños deben crear con las palmas, golpes variados que se acoplen a esos desplazamientos.</p>

	Mi cuerpo y el entorno	Valor: El amor.	<p>1. Conocer la Imagen corporal, concepto corporal, equilibrio, coordinación lateralidad, etc.</p> <p>¿Cuándo trabajo el equilibrio ¿Para qué me sirve el equilibrio? ¿Cómo me muevo en el espacio? ¿Qué es organización temporo-espacial? ¿Qué escenarios existen en mi entorno? Qué dice Mi cuerpo al moverse</p>	<p>-Por medio del ritmo musical, aumentaremos la temperatura corporal y pondremos nuestro cuerpo listo para la realización de otras actividades. -Los niños escogen un ritmo con el que quieran hacer esta parte de la sesión. -Saltar de una banca a un aro que está en el piso, cayendo en diferentes posiciones.</p> <p>-Pasar a lo largo de una banca a diferentes velocidades y de diferentes maneras. -Correr y saltar la banca, silla, muro bajito, en un pie, en dos pies.</p> <p>-Desplazarse sobre la banca saltando en un sólo pie, cada tres saltos dar un giro y continuar hasta llegar al lado opuesto.</p> <p>-Por parejas, cada niño toma con una mano un pie de su compañero y se desplazan, primero libremente, luego hacia una dirección determinada, luego sobre una línea. El niño deberá ir buscando mayor dificultad cada vez.</p> <p>-Desplazamientos sobre zonas construidas con tarros o similares, el estudiante creará diversas formas de desplazamiento. -Por parejas en "caballito" perseguir a otros compañeros delimitando el espacio.</p> <p>-Los niños proponen actividades y juegos que se jueguen en caballito</p>
--	------------------------	-----------------	--	--

	<p>Mi cuerpo y la expresión corporal</p>	<p>Valor: La Justicia.</p>	<p>Explicar...</p> <p>¿Cuándo soy Expresivo con mi Cuerpo?</p> <p>¿Cómo me expreso a través de la música?</p> <p>¿Cuándo desarrollo mi expresión corporal</p>		<p>Calentamiento: -</p> <p>Movilidad articular y estiramientos.</p> <p>-Desplazamiento por el espacio y a la voz de "paquetes de ..." se han de agrupar, según el número que se indique. Aquel alumno que se quede sin formar paquetes, se quedará quieto un turno; se irán haciendo agrupaciones hasta que formemos paquetes de 4, entonces ya tendremos los grupos preparados para la actividad posterior.</p> <p>Organizar el grupo en equipos de a 4, asignarle a cada grupo un elemento (claves, aros, cintas, bastones, pompones, sombrillas, etc), los cuales organizarán de acuerdo a un ritmo diferentes coreografías, que después se presentarán al grupo.</p>
--	--	----------------------------	---	--	--

	<p>Interacción y comunicación</p>	<p>Valor: La Expresión.</p>	<p>1. Mejorar mi Comunicación</p> <p>2. Valorar la importancia del otro para mi crecimiento personal Explicar la importancia de la colaboración y comunicación como instrumento, para realizar Con éxito diversas actividades.</p> <p>Jugando también me comunico.</p>	<p>Promover actividades como juegos dirigidos colectivas y de comparación donde se facilite la comunicación .</p> <p>Motivar a los estudiantes a realizar una buena observación de las actividades de sus compañeros.</p> <p>A través de Juegos potencien la función de transmitir facultades comunicativas mediante la actividad física</p>
--	-----------------------------------	-----------------------------	--	--

	<p>Jugando con mis compañeros</p>	<p>Valor: La Gratificación</p>	<p>Jugar ¿Jugando Nos conocemos?          ¿Jugando aprendemos?          ¿Soy feliz jugando?          Valor la gratitud</p>		<p>Realizar dinámicas de Conocimiento grupal e individual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tingo tingo tango</li> <li>- bolita en mano y pie</li> <li>- encuentra la bolita</li> </ul> <p>Programar actividades de integración de áreas Presentación de sentimientos y emociones en el juego.</p>
--	-----------------------------------	--------------------------------	--	--	--

	<p>Expresiones motrices artísticas</p>	<p>Valor: La Motivación.</p>	<p>1.conocer¿Cómo se expresa Mis manos?</p> <p>¿Sirven Como componentes en lo teatral mis diferentes estados de ánimo?</p> <p>2.Explica el concepto de danza?</p>	<p>Estimular a los estudiantes con diferentes ejercicios la creación ritmo-expresivo.</p> <p>Trabajar diversas expresiones corporales por medio de cuentos animados.</p> <p>Potenciar las capacidades rítmico-dancísticas A través de la expresión de su propio cuerpo.</p>
--	--	------------------------------	---	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Jugando con elementos	La cuerda me divierte	Valor: La Lealtad.	<p>1. Distinguir y valorar sus Capacidades físicas.</p> <p>2. Explicar, ¿Cómo puedo utilizar la cuerda?</p> <p>¿Qué posibilidades me da la cuerda para mejorar mis habilidades motrices?</p> <p>¿Me ayuda la cuerda a entender nuevos conceptos?</p>	20 Horas	<p>-Experimentar diferentes tipos de desplazamientos usando la cuerda.</p> <p>-Caminar sobre la cuerda haciendo equilibrio. -Colocar la cuerda en el piso formando un círculo, saltar adentro, afuera en: zig-zag, piernas separadas, juntas, cambiando de dirección.</p> <p>-Halar la cuerda por grupos. -Exploración con la cuerda en 10 minutos, luego le indicamos tocar todo el cuerpo con la cuerda para sensibilizarlos con el elemento. -Tomar la soga por sus extremos con cada mano, se hace girar por arriba, saltamos continuamente sobre ella.</p> <p>-Bolear o girar la cuerda por la izquierda del cuerpo, por la derecha y luego sobre el cuerpo saltando, para continuar el ejercicio.</p> <p>-El ejercicio anterior agregando desplazamientos adelante</p> <p>Flexión de rodillas, tomar los dos extremos de la soga con una mano, girarla por debajo del cuerpo y saltarla en forma continua. -Hacerla girar una vuelta sobre la cabeza y otra cerca del suelo, saltando.</p> <p>-Avanzar corriendo y haciendo girar la soga con amplitud; saltar cada 3 ó 4 pasos con un solo voleo. Saltar la cuerda separando y uniendo los pies.</p> <p>-Saltar alternando los pies. -Saltar sencillo con apoyo de los pies.</p>

	Exploro con el aro	Valor: La Igualdad social.	1.Utilizar La creatividad e imaginación en interacción con los elementos. Con el aro experimentar otras posibilidades de movimiento	<p>Los niños realizarán en esta parte de la sesión un juego de los que más les haya gustado de otras sesiones de clase</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Experimentar, primero individualmente y luego por parejas y tríos diferentes actividades y juegos con los aros. -Se pueden orientar algunas tareas semidefinidas, usando juegos y ejercicios en el lugar, con desplazamientos, con cambios de velocidad y dirección, con mano izquierda o derecha, por parejas y grupos. -Luego se pueden sugerir algunas de las siguientes actividades según la iniciativa y las necesidades de los niños.</li> <li>-Hacer girar el aro alrededor de los brazos o la muñeca, alrededor del cuello, de la cintura y tobillo. -Llevar el aro rodando, cambiando la mano que lo lleva sin perder continuidad, ni dirección.</li> <li>-Saltar con el aro como si fuera una cuerda. -Lanzar el aro hacia adelante con impulso de la rotación en sentido contrario, de tal manera que regrese a las manos del ejecutante.</li> <li>-Lanzar el aro hacia delante, correr y recibirlo. -Sentados, levantar una pierna con el aro en posición de cuadrúpedo</li> <li>-En parejas, saltar el aro que el compañero lanza rodando y enseguida tomarlo.</li> <li>-Lanzar el aro con suavidad en forma horizontal hacia arriba. El compañero trata de que caiga sobre él. -Los niños construirán juegos con el material de trabajo, si necesitan otro material se les facilitará un recorrido de obstáculos para realizarlo por grupos. Cada grupo construirá uno diferente.</li> <li>-Los niños construirán juegos con el material de trabajo, si necesitan otro material se les facilitará un recorrido de obstáculos para realizarlo por grupos. Cada grupo construirá uno diferente.</li> </ul>
--	--------------------	----------------------------	---	---

	<p>Me prolongo con el bastón</p>	<p>Valor: La Sencillez.</p>	<p>1. Identificar ¿Qué otras habilidades puedo desarrollar con el bastón?</p> <p>2. aplicar las capacidades socio motrices. la Importancia del trabajo en grupo. los aportes que doy y recibo en el trabajo grupal</p>		<p>Plantear la necesidad del respeto, la concentración, y la responsabilidad en el trabajo con este elemento, debido a los riesgos de accidentes que pueden ocurrir por un manejo no adecuado. Juego del ven y vete: el grupo se formará en círculo excepto un estudiante que va a correr alrededor, cuando este toque a un compañero diciéndole ven, este saldrá corriendo en la misma dirección y ocupará el puesto que quedó vacío y empezará a correr en sentido contrario para alcanzar el mismo objetivo. Los niños jugarán libremente en grupos utilizando el bastón y otros elementos complementarios como: la cuerda y la pelota.</p>
--	----------------------------------	-----------------------------	--	--	--

	Soy feliz con la pelota	Valor: La paz.	<p>1. Compartir.</p> <p>¿Me puedo comunicar por medio de la pelota y otros elementos</p> <p>¿Cómo Aprovechar la pelota para Adquirir las posibilidades básicas?</p> <p>¿Cómo resuelvo tareas motrices?.</p>		<p>Experimentar diferentes formas de lanzamiento y recepción en trabajo grupal posibilitando ambientes de espontaneidad y creación.</p> <p>Actividades donde se trabaje la coordinación que mejoren las habilidades y destrezas. Creación de juegos individuales y colectivos donde se asignen áreas con diferentes Grados de dificultad.</p>
--	-------------------------	-------------------	---	--	---

	<p>Rodando en la colchoneta</p> <p>voy explorando</p>	<p>Valor: La Tolerancia.</p>	<p>1. Comprender y explicar el concepto de flexibilidad para la vida diaria</p> <p>2. Dosificar y regular del ejercicio.</p>		<p>Realizar ejercicios de estiramiento donde el niño pueda reconocer la capacidad que posee. Estructurar bases donde se asignen tareas de movimiento y se vivan con la regulación y dosificación de ejercicios.</p> <p>Ejecutar actividades orientadas para desarrollar la fuerza y el equilibrio como: rollos adelante y atrás, rueda lateral y otras que se puedan desarrollar, utilizando este elemento.</p>
--	---	------------------------------	--	--	---

	<p>Globos ambientes de fiesta</p>	<p>Valor: La Alegría de trabajar.</p>	<p>1. Conocer Cómo puedo mejorar la respiración</p> <p>¿Qué posibilidades de mejorar las habilidades motrices y las capacidades socio motrices que me brinda el globo?</p> <p>2. Valorar pedagógica, el globo como elemento que motiva la creatividad y el trabajo con los compañeros en un ambiente de Felicidad</p>		<p>Realizar ejercicios de relajación y respiración utilizando diferentes medios.</p> <p>Participar en diversos tipos de juegos, consolidando el sentido de cooperación. Propiciar espacios de recreación, donde se integren todos los participantes del grupo en situaciones de expresión y proyección.</p>
--	---	---	---	--	---

## PROPUESTA PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA GRADO: TERCERO

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor Cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Exploro con mi cuerpo.	Sensibilizo mi cuerpo.	Valor: El Respeto por si mismo.	<p>-Adquirir autonomía y confianza en las posibilidades expresivas del propio cuerpo.</p> <p>-Reconocer las diferentes partes de su cuerpo y tomar conciencia de ellas para la realización de movimientos</p>	14 horas	<p>parte inicial: calentamiento</p> <p>Parte Inicial:</p> <p>a. Explicación y Motivación: Se debe motivar a los alumnos a tocar su cuerpo por medio de un cuento.</p> <p>b. Calentamiento: Relojes del mundo. Vivían entre los relojes del reino uno que se llamaba dormilón porque desde que nació nunca había sido capaz de marcar bien la hora, por lo tanto, las horas no pasaban para él. aquella mañana dormilón se despertó a las 12 m., "vamos a imitar", comenzó moviendo el pie derecho, luego el pie izquierdo, movió de lado a lado la cadera, el tronco con suave movimiento adelante y atrás, sus hombros se sacudieron como si se estuviera quitando moscas su cabeza miraba al cielo, al suelo y por qué y por allá muy lento y perezoso comenzó a caminar, realizando alguna cadencia, imitaba un anciano con joroba, andando en cuatro patas, cojeando de un pie, pero de pronto se encontró con su temporin era un niño juguetón muy inteligente que le propuso a sus</p>

		<p>Valor: La Alegría.</p>	<p>Participar activa en la clase.</p> <p>Crear y utilizar las expresiones de su cuerpo.</p> <p>Demostrar la motivación en la práctica de juegos en grupo.</p> <p>Respetar los compañeros y compañeras.</p>	<p>compañeros la manera expresiva y creativa para realizar dramatizaciones evidenciando su cotidianidad , en el hogar , en la escuela, en la iglesia en el parque. la actividad se debe realizar por grupos y se les dará un tiempo determinado para que se lleve a cabo</p> <p>Parte inicial</p> <p>Juego de las manzanas y peras:</p> <p>El grupo se dividirá en dos partes formando filas enfrentadas, asignándoles nombres. A la voz de, manzanas o peras, las que son nombradas sale corriendo a coger al otro grupo; los compañeros que sean tocados, pasan a ser parte del que lo cogió y, así sucesivamente, hasta quedar todos en un sólo grupo.</p> <p>Los niños y niñas propondrán una actividad o juegos de persecución.</p> <p>ronda de la basura la basura de mi casa, la debemos de barrer, y echársela a los carros, que la han de recoger. si los carros nunca pasan, formaremos mil brigadas, marcharemos en grupitos, en grupitos de a: 4,5,8,3 o 2</p>
--	--	---------------------------	--	--

	<p>Le doy formas a mi cuerpo</p>		<p>-Favorecer la socialización de todos los integrantes del grupo.</p>	<p>parten central</p> <p>Música: la de los pollos de mi cazuela.</p> <p>.luego; frente a frente los niños realizarán el juego del espejo: empieza uno de los integrantes de la pareja haciendo muchos movimientos con todo el cuerpo, el compañero va a hacer exactamente lo mismo y luego cambian. los niños se aprenderán la siguiente canción y se realizarán los mismos movimientos.</p> <p>parte final</p> <p>El carpintero mi compadre, el carpintero, carpinteaba de rodillas, como ya estaba cansado, se sentaba en una silla, ahí el cuerpo le daba y le daba la rodilla (bis).he venido de tierras firmes, en busca de libertad, ando en busca de un alambre, que éste sí es el alambre que me va a enganchar (se repite 4 veces)</p>
--	----------------------------------	--	--	---

	Interactuó con otros.	Valor: La Amistad	· Propiciar creatividad e iniciativa en la solución de la tareas en equipo	<p>parte inicial</p> <p>Todo el grupo se desplazará por el espacio disponible y cuando se dé la orden verbal, adoptará la postura que nos sugiera la palabra: perro, serpiente, robot, mono, gigante, enano, árbol, entre otros animales o personajes. Los estudiantes propondrán diferentes desplazamientos a los ya realizados y los demás integrantes del grupo intentarán hacerlo.</p> <p>Por parejas, uno de ellos hará las veces de marioneta: el compañero o compañera le flexionará y extenderá las piernas hasta quedar de pie.</p> <p>Parte central Manejarán la marioneta de la forma que lo quiera, buscando el mayor número posible de posibilidades. o puede ser de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-moviendo el tronco de la marioneta, flexionando y extendiendo sus extremidades en todos los sentidos.</li> <li>-sosteniendo derecho al compañero que mantiene el tronco rígido. se dejará caer suavemente y rodar, se trasladará por unos metros el compañero o compañera que está acostado y rígido.</li> <li>-haciendo intentos por tocar al compañero que está al frente esquivando los movimientos, se hará de rodillas, de pie, y sentado. Acostado y rígido.</li> </ul> <p>Parte final</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-haciendo intentos por tocar al compañero que está al frente esquivando los movimientos, se hará de rodillas, de pie, y sentado. -el "ciempiés", unidos por las cintura en grupos, se harán movimientos andando y corriendo. Por parejas uno de los dos integrantes será un robot y el otro lo dirigirá. Este último debe tratar de adivinar de dónde se prende y de dónde se apaga el robot; tocándolo hasta encontrarlo. Luego cambiarán de función. Las mismas parejas deben realizar el ejercicio de masaje dirigido, uno de los dos se acostará y el compañero le debe hacer un amasamiento en cada parte del cuerpo, luego cambian de rol.</li> </ul>
--	-----------------------	-------------------	--	--

	Un cuerpo identificado y situado en el ambiente o campo.	Valor: La Responsabilidad	<p>-Mejorar la calidad en las formas de desplazamiento.</p> <p>-Participar con entusiasmo en actividades colectivas</p>		<p>Parte inicial</p> <p>Los niños y niñas realizarán un calentamiento de forma individual y luego por grupos de cinco un estiramiento, siempre con la observación y sugerencias del profesor o profesora.</p> <p>Se formarán varias hileras de igual número de participantes para hacer relevos con desplazamientos en diferentes direcciones: en forma lateral, de frente, de espalda, en cuadrúpeda. Los estudiantes podrán crear estos recorridos y proponer las formas como se desplazarán para jugar.</p> <p>Parte central</p> <p>Se le entregará un aro a cada estudiante para que explore con el elemento durante 10 minutos, después el maestro o maestra dará consignas a realizar individualmente, en parejas, tríos y por grupos.</p> <p>Parte final</p> <p>Respiraciones: por parejas, uno de los integrantes colocará la mano encima del abdomen del compañero o compañera que estará acostado y sin hacer fuerza notará cómo sube y baja el abdomen al respirar.</p>
--	--	---------------------------	---	--	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor Cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Interactúo con la naturaleza	Sensaciones auditivas	Valor: La Creatividad.	<p>-Diferenciar los sonidos del ambiente.</p> <p>-Valorar la expresión y comunicación de los compañeros y compañeras.</p>	10 horas	<p>Parte inicial</p> <p>-Juego de Calentamiento: la Serpiente Venenosa. Inicialmente se realizará y luego con carreras. Consiste la actividad en que un jugador está envenenado y sale a perseguir y a tocar otro jugador, éste se convierte en perseguidor pero llevando la mano en la parte del cuerpo que le ha sido tocada y cuando pegue el veneno, corre sin ninguna limitación tratando de ocupar todo el espacio.- individualmente realizarán un estiramiento. los integrantes del grupo realizarán un recorrido en campo abierto observando todo el entorno, escuchando todos los sonidos posibles, tratando de interiorizarlos, para luego imitarlos con voces y movimientos de manera creativa y de la siguiente forma: -se distribuirá el grupo en subgrupos y empezarán a elaborar las representaciones motrices y auditivas que fueron interiorizadas.</p> <p>Parte central</p> <p>Imitarán los movimientos y sonidos de animales.</p> <p>-Imitarán los movimientos y sonidos del viento. -imitarán los movimientos árboles en su relación con el viento.</p> <p>De cúbito dorsal y con los ojos cerrados, escucharán sonidos de relajación asociados con elementos de la naturaleza.</p> <p>Parte final</p> <p>Los niños y niñas reflexionarán sobre la importancia del medio natural y de las cosas que lo componen para su mejor crecimiento como seres humanos.</p>

	Sensaciones Técnicas	Valor la Simpatía.	<p>Trabajar el sentido del tacto en forma consciente para favorecer las percepciones con diferentes texturas.</p> <p>-tomar conciencia de las posibilidad que nos ofrece el medio natural para potenciar el desarrollo de las capacidades.</p>	<p>parte inicial</p> <p>Ubicados en círculo, los integrantes de grupo se moverán libremente al ritmo de las palmas. Cuando se interrumpa las palmas, un integrante del grupo propondrá un movimiento, al cual deberán seguirle el resto de compañeros y compañeras, tiempo será determinado por el maestro o la maestra. se realizarán movimientos libres por todo el espacio. a la voz del mando, buscarán una persona para bailar al ritmo de la música; cuando se dé nueva orden, cambiarán de pareja. Esto a manera introductoria y de motivación. Trabajo en parejas: uno de ellos, con los ojos vendados, va a ser guiado por el compañero. Será llevado a algún lugar para que palpe el elemento (persona o espacio y trate de decir qué está palpando. igualmente, después de continuar, decirle que señale el lugar por donde crea que está). Pasarán por unas bases donde estarán elementos para tocar, ejemplo: arcilla, gelatina, hojas de árbol (secas y verdes), piedras, ladrillos, terciopelo.</p> <p>parte central</p> <p>Luego cambian de compañero. Como actividad final, cada uno de los participantes con los ojos vendados, moldeará una figura humana con arcilla. En parejas, se realizarán "amasamientos" como parte de la relajación en forma dirigida. Luego se cambia de pareja.</p> <p>parte final</p> <p>Se comentará individual y grupalmente como les pareció la clase y la importancia de los sentidos corporales.</p>
--	-------------------------	-----------------------	--	---

	Sensaciones Visuales y Auditivas	Valor la Persistencia.	<p>-Entender la necesidad del trabajo cooperativo como factor de integración y socialización.</p> <p>-Adquirir habilidades y destrezas que contribuyan al desarrollo motoriz personal y se constituyan en medios importantes de integración con otras personas.</p>		<p>parte inicial</p> <p>juego: Busca tu Casa de color. Se colocarán en el suelo unos aros de distintos colores en círculos. se tocará un instrumento y a una señal, el maestro dirá un color, los estudiantes se meterán en los aros de ese color con un límite máximo de tres personas. También se puede dibujar círculos con tizas de diferentes colores si no se cuenta con aros de colores.</p> <p>Se le preguntará a los niños y niñas que más se puede jugar con el material con el que se está trabajando en el momento. se preguntará a los niños y niñas: ¿ cuáles son los sentidos del cuerpo humano y la importancia de sus funciones ? - con cuerdas distribuidas por el espacio, los niños y niñas caminarán junto a las mismas., también se colocarán aros para saltarlos al pasar cerca a ellos.</p> <p>Parte central</p> <p>-Trotar alrededor de las cuerdas rojas, saltar con pies juntos las azules.</p> <p>-Construir un camino con obstáculos de cuerdas y aros, luego guiados por la vista pasar a diferentes ritmos y velocidades por el mismo camino.</p> <p>-Clasificar por colores y tamaños las cuerdas y los aros. Se repartirán tarjetas entre los alumnos con un animal. Se moverán a la vez que harán el sonido del animal que les correspondió. Se juntarán por grupos, con los ojos abiertos y cerrados.</p> <p>Parte final</p> <p>En equipos de cinco niños y niñas, integrarán las actividades anteriores construyendo una propuesta para todo el grupo en parejas, se realizarán "amasamientos" como parte de la relajación en forma dirigida. Luego se cambia de pareja. Se comentará individual y grupalmente como les pareció la clase y la importancia de los sentidos corporales.</p>
--	----------------------------------	------------------------	---	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Creo jugando, recreándome con los demás	Coopero con mis compañeros	Valor: la Convivencia.	<p>-Entender la necesidad del trabajo cooperativo como factor de integración y socialización.</p> <p>-Adquirir habilidades y destrezas que contribuyan al desarrollo motor personal y se constituyan en medios importantes de integración con otras personas.</p>	20 horas	<p>Parte inicial</p> <p>Juego: "el Respondón"</p> <p>Sonará la música y las niñas y niños se moverán al ritmo, correrán y saltarán, cuando pare la música, contestarán a las preguntas que les haga el maestro o maestra con movimientos de cabeza: si es afirmativa, hacia arriba y hacia abajo; si es negativa, se harán giros a la derecha e izquierda; si hay dudas, con un giro completo. Los estudiantes se motivarán para que propongan juegos colectivos que favorezcan la integración.</p> <p>parte central</p> <p>El maestro propondrá que los estudiantes se vayan formando en grupos. con instrucciones como por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Vamos a formarnos en grupos, según el color de los zapatos.</li> <li>-Formar en grupos de a tres.</li> <li>-Formar grupos de cabellos oscuros y claros.</li> <li>-Formar grupos por el mes de cumpleaños, ejemplo: ¿dónde están los de enero?</li> </ul>

				<p>-Formar grupos de los estudiantes altos y bajos. Cuando se formen los grupos, los estudiantes deben proponer a otro grupo una actividad o tarea a realizar por todo el equipo a la vez y en forma coordinada. juego: el líder mande</p> <p>parte final</p> <p>Un estudiante hará las veces de líder, respetuosamente le pedirá a sus compañeros y compañeras ejecutar diferentes acciones o tareas, con la frase "el líder manda" que se abracen, se tomen de gancho, se desplacen, salten, se sienten, le traigan objetos diferentes, que se monten en "caballito" y otras tareas que pida.</p> <p>En los mismos equipos realizarán un estiramiento o relajación dirigida por un integrante que ellos eligen</p>
	Ayudemos amigos	Valor: La Unidad.	<p>-Reforzar la idea de la unión y el trabajo organizado, por medio de juegos motrices.</p> <p>- Comprender y aceptar las normas y reglas del juego.</p>	<p>parte inicial</p> <p>juego: "al lobo no tememos":</p> <p>Todos en círculo gritarán varias veces, al lobo no tememos. Después preguntarán al lobo que está en el centro: ¿lobo estás preparado? y el lobo contestara: no, me estoy poniendo...(una prenda). Cuando responda de forma afirmativa saldrá y cogerá a un compañero o compañera que se convertirá en lobo.</p> <p>parte central</p> <p>- Se formarán grupos de 5 o 6 niños. Se les entregará un aro y ellos propondrán juegos colectivos de cooperación para aplicarlos en la</p>

				<p>clase.</p> <p>parte central</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El maestro ayudará en la organización de los grupos que lo requieran y lo soliciten.</li> <li>- El facilitador invitará a 5 ó 6 participantes a ponerse alrededor de un aro. Los participantes, pasando los brazos sobre los hombros, los niños estarán juntos, de manera formando un círculo y tomándose con la mano derecha con el compañero de adelante y con la mano izquierda por dentro de las piernas con el de atrás, el grupo intentará pasar el aro por el círculo, sin soltarse de la mano y con el movimiento del cuerpo.</li> </ul> <p>Se dará un tiempo a los niños para que hablen y planeen la actividad, que el aro quede sobre los pies. La idea es subir el aro hasta la cabeza, sin tocarlo con las manos para introducir toda la cabeza dentro de él.</p> <p>parte final</p> <p>Juego: Balón en Círculo</p> <p>Se harán grupos de 10 a 15 jugadores que se colocarán de pie en círculo con las manos cogidas. En el centro del círculo se colocará un jugador con un balón. el jugador del centro intentará sacar la pelota fuera del círculo por debajo de las piernas, el jugador que deje pasar el balón ocupará el lugar del centro.</p> <p>Los niños y niñas reflexionarán sobre las dificultades en las actividades, si estuvieron bien planeadas, que les faltó y demás aspectos que quieran analizar.</p>
--	--	--	--	--

	Me oriento en el espacio	Valor: La Confianza.	-Desarrollar la orientación espacial, como elemento que contribuye a mejorar la comunicación	<p>parte inicial</p> <p>El juego de las cuatro Esquinas</p> <p>Las niñas y los niños se repartirán en 5 grupos, uno en cada esquina y otro en el centro; a la señal, todos cambiarán de esquina y el que quede sin esquina pasará al centro. La señal, todos cambiarán de esquina y el que quede sin esquina pasará al centro.</p> <p>Variante: los miembros de cada grupo pueden ir de las manos o sueltos.</p> <p>Los niños y niñas le buscarán una variante al juego.</p> <p>parte central</p> <p>Se realizará por medio de circuitos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Algunos estudiantes con antifaz, harán el recorrido por un espacio, tratando de acercarse a la música, la cual será movida. en esta base, en parejas, igualmente, uno de ellos con los ojos tapados y el otro por medio de claves lo guiará hacia donde está el sonido.</li> <li>· Por medio de sonidos vocales, guiarán al compañero hacia un espacio. Luego de pasar por estos circuitos, saldrán del espacio y en una hoja realizarán el dibujo de un mapa del recorrido que crean haber realizado; luego cambiarán de compañeros.</li> <li>· Los niños y niñas con los materiales de la sesión jugarán o</li> </ul>
--	--------------------------	----------------------	--	--

				<p>realizarán, de a tres, actividades con los ojos vendados en el espacio de clase.</p> <p>parte final</p> <p>juego: los Murciélagos</p> <p>Estos animales son habitantes habituales de las cuevas, tienen visión limitada y duermen boca abajo. Todos los estudiantes con antifaz buscarán a su compañero por medio de un mismo sonido y cuando se encuentren imitarán lo más preciso posible la manera de descansar de los murciélagos.</p>
	Sígueme!	Valor: La Fortaleza.	- Mejorar la velocidad de reacción, por medio del trabajo en equipo.	<p>parte inicial:</p> <p>En parejas, se trotará a lo largo de la pista, un estudiante al lado del otro. Durante el recorrido, el profesor irá dando consignas como estas: -el compañero situado a la derecha irá andando y el de la izquierda irá corriendo a su alrededor.</p> <p>-A una señal, el compañero de la derecha, se detendrá y separará las piernas y el de la izquierda pasará por debajo. -igual que ejercicio anterior pero saltando por encima del compañero.</p>

			<p>- Aceptar y respetar a sus compañeros y compañeras con los que debe jugar.</p>	<p>parte central:</p> <p>-Ubicados en círculo se realizarán pases. el compañero que recibe la pelota dirá su nombre e inmediatamente la pasará a otro compañero o compañera; se irá incrementando el número de pelotas, las cuales serán lanzadas de manera simultánea hasta llegar a un número de pelotas que permita el desarrollo del juego. -los niños en subgrupos de 10 presentarán variaciones del juego anterior.</p> <p>-Por parejas los niños y niñas con una pelota, la lanzarán al aire en diferentes direcciones y tratando siempre que el otro compañero o compañera la pueda coger, así sucesivamente y rápido.</p> <p>-El mismo ejercicio pero de a 3 y con dos pelotas y el que no tiene debe cogerla antes que el otro.</p> <p>En parejas cada uno con una pelota deberá atraparla a donde la tire el otro. los tres con pelota y otras variantes.</p> <p>Los niños y niñas jugarán libremente con el material pero teniendo en cuenta que es en equipo.</p> <p>parte final:</p> <p>Los estudiantes libremente se distribuirán por el espacio, tendidos de cúbito dorsal (boca arriba), con los brazos al costado y dejando el cuerpo relajado. El profesor irá diciendo partes del cuerpo sobre las que tendrán que concentrar su atención e insistir en que se realice una respiración profunda.</p>
--	--	--	---	--

	Saltemos	Valor: La Laboriosidad.	<p>-Coordinar brazos y piernas para saltar individualmente en forma continua.</p> <p>-Utilizar estrategias de cooperación y comunicación para conseguir objetivos comunes</p>	<p>parte inicial:</p> <p>Cada niño y niña con una cuerda explorará las posibilidades de saltar que ésta nos brinda.</p> <p>-Individualmente se cogerá cada extremo de la cuerda con una mano y se saltará.</p> <p>-Cada vez que pase la cuerda, se saltará primero con una pierna y luego con la otra, intentando que haya una continuidad.</p> <p>-desplazarse por un espacio.</p> <p>parte central:</p> <p>En grupos de tres, realizarán diferentes propuestas de juegos en los que siempre habrá que saltar.</p> <p>En equipos de tres, dos harán girar la cuerda y otro saltará cantando canciones.</p> <p>-El que va a saltar entrará cuando "estén ya girando" y al acabar la canción saldrá sin que deje de girar la cuerda.</p> <p>-Se entrará cuando la cuerda viene elevada y se saldrá por el lado contrario.</p> <p>-En grupos de 5 estudiantes y con una o varias cuerdas o lazos propondrán y crearán juegos para saltar la cuerda y enseñarle a los demás grupos.</p>
--	----------	-------------------------	---	--

				<p>-Cada grupo tendrá un tiempo para que jueguen con ellas como deseen.</p> <p>parte final:</p> <p>-Se jugará a la sogatina con dos cuerdas largas y juntas. se dividirá el grupo en dos subgrupos que cogerán las cuerdas por cada uno de los extremos en dos filas, una frente a otra. Se colocará un pañuelo en el centro de la cuerda y se marcarán con tiza dos líneas paralelas, una a cada lado del pañuelo, perpendicular a las filas, con una distancia entre ellas de unos cuatro metros.</p> <p>-Cada fila tirará hacia su lado para tratar de llevar el pañuelo hacia su línea.</p>
Juguemos	Valor: La Perseverancia.	- Desarrollar la habilidad y la destreza psicomotora en el niño, mediante movimientos ligeros donde utilice todo su cuerpo.	<p>parte inicial</p> <p>Juego: la Caza del Zorro</p> <p>- Todos los niños llevarán un pañuelo colgado en el pantalón. a la señal quitarán el mayor número de pañuelos.</p> <p>- Los estudiantes realizarán alguno de los juegos hechos en las tareas.</p> <p>parte central</p> <p>Circuitos:</p> <p>En el piso estarán dibujados seis corazones a distancias más o menos regulares que formarán un círculo. los jugadores se agruparán por parejas y cada pareja pasará a ocupar un corazón, excepto una que se</p>	

			<p>- Alcanzar perseverancia consigo mismo y las demás personas durante las prácticas individuales y grupales.</p>	<p>ubicará en el centro; a la señal deben cambiar de corazón.</p> <p>La golosa: se pintará en el piso una serie de cuadros y rectángulos divididos en dos y enumerados de uno a veinte. Terminará en un semicírculo que se denominará cielo.</p> <p>A una distancia del primer cuadro, se demarcará una línea de lanzamiento (tapa o piedra).</p> <p>A partir del cuadro número 1 se iniciará el recorrido con un pie por encima del cuadro ocupado y cayendo en el cuadro número 2; de regreso se agachará y recogerá la piedra y volverá a iniciar al número 3, hasta llegar al nueve.</p> <p>El trono: se pintará en el piso una cuadrícula con cuatro cajones, una de ellas en la parte superior izquierda con el nombre de trono; a una distancia de un metro se marcará una línea de salida, se ubicarán los cuatro jugadores en los cajones y el resto, en hilera, en la línea de salida.</p> <p>Con una pelota sacará el trono en forma diagonal, dejándola rebotar en su cuadro y la pasará; los otros responderán dejándola rebotar en su puesto hasta que logre llegar al trono y para permanecer allí el mayor tiempo.</p> <p>Los estudiantes podrán idear el juego de otra forma.</p> <p>parte final:</p> <p>Los estudiantes propondrán la actividad o juego a realizar en esta parte de la sesión.</p>
--	--	--	---	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor Cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Actividades gimnásticas	Rollos y Giros	Valor: La Generosidad	<p>-Desarrollar habilidades y destrezas de forma autónoma y automática en la ejecución de rollos y giros.</p> <p>-Colaborar con sus compañeros en los procesos de aprendizaje de las habilidades.</p>	6 horas	<p>parte inicial</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Las niñas y los niños propondrán un ejercicio donde se propicie una activación corporal, integrando movimientos articulares y estiramiento de los diferentes segmentos corporales.</li> <li>· Los niños y niñas propondrán un juego de persecución. o el profesor o profesora propondrá alguno de los que ha notado que a ellos les gusta más.</li> </ul> <p>parte central:</p> <p>El maestro organizará el espacio con colchonetas y dará unas indicaciones generales de normas de seguridad. Permitirá la libre exploración con este elemento. Se le pedirá a los estudiantes que realicen rollos, giros y otros movimientos de la forma que lo sepan o hayan observado en otras personas. luego, se realizarán las siguientes actividades:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Con ayuda del maestro los alumnos ejecutarán giros hacia adelante.</li> <li>- Con ayuda de compañeros y compañeras realizarán giros hacia adelante.</li> <li>- Realizarán el rollo en forma individual.</li> <li>- Realizarán varios rollos seguidos.</li> </ul> <p>Observación: se tomarán medidas de seguridad para evitar accidentes,</p>

				<p>e igualmente el profesor explicará los procedimientos para el aprendizaje en los casos que los niños lo requieran. Se pueden plantear tareas más simples y básicas para los que tienen temor o dificultades en la práctica de los volteos.</p> <p>parte final:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Por medio del diálogo, expresarán las sensaciones vividas en cada una de las actividades realizadas.</li> <li>-Socializar donde se encontraron dificultades y fortalezas.</li> <li>-Preguntar a los niños y niñas ¿qué les gustaría realizar en las colchonetas en las próximas sesiones de clase.</li> </ul>
	Posiciones invertidas	Valor: El Equilibrio.	-Mejorar en el niño y la niña su equilibrio corporal a partir de la realización de posiciones invertidas.	<p>parte inicial</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pisa pies: cada niña o niño intentará pisar el máximo número de pies de los y las compañeras, a la vez que evitará que le pisen los suyos.</li> <li>-Tratar de tocar diferentes partes del cuerpo o compañera sin dejar tocarse las propias.</li> <li>-Caminar por todo el espacio e ir realizando estiramientos de cada segmento corporal.</li> </ul>

			<p>-Afianzar la confianza y la seguridad a través de las actividades y los juegos.</p>	<p>parte central</p> <p>-Descripción de la vela: apoyado en la parte posterior de la cabeza, el cuello, los hombros y los brazos, con las manos ubicadas sobre la parte dorsal de la cintura, atrás de la espalda, el estudiante llevará al máximo las piernas extendidas y rígidas hacia arriba. Deberá hacerlo con la ayuda de un compañero o compañera.</p> <p>-Realizar actividades de tensión y relajación, haciendo insistencia en la tensión de las piernas y tronco.</p> <p>-Se practicará este ejercicio de forma libre y organizada, como lo deseen los estudiantes, conservando y teniendo presente las normas de seguridad y cuidado del amigo o amiga.</p> <p>-Combinar y alternar el ejercicio de la vela con otras habilidades aprendidas.</p> <p>parte final</p> <p>· Realizar una relajación acostados en colchoneta y hacer lectura de un cuento.</p>
--	--	--	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor Cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Actividades Atléticas	Corramos	Valor: El Agradecimiento.	<p>-Mejorar en los niños la coordinación brazos - piernas y la relación tensión - relajación durante las carreras y para su mejor desarrollo motriz.</p> <p>- Concentrarse en la ejecución adecuada de los juegos y ejercicios.</p>	10 Horas	<p>parte inicial</p> <p>Los niños y niñas realizarán un calentamiento libremente donde incluirán: trote, desplazamientos, movilidad articular y un estiramiento</p> <p>parte central</p> <p>-Se darán orientaciones generales sobre la estructura del movimiento técnico de la carrera, para que los niños y las niñas creen ejercicios y juegos aplicando los movimientos en forma adecuada.</p> <p>-Caminarán, trotarán, correrán adelante, atrás, a los lados, con cambios de velocidad permanente.</p> <p>-Carreras y saltos consecutivos e intercalados, sobre distancias cortas, medias y largas.</p> <p>-Por parejas, tríos o grupos pequeños; correrán a una misma velocidad tomados de las manos, hombro con hombro, en hileras, tomados por la cintura (el trencito).</p> <p>-Cubrirán una distancia determinada, procurando dar el menor número de pasos.</p> <p>-Por grupos de 5 a 6 niños ubicados en hileras, el profesor le dirá al oído una frase al primer niño de cada hilera, a una señal, el niño deberá ir corriendo hasta un sitio preestablecido y regresará para decirle la misma frase a quién estará en el segundo</p>

				<p>lugar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Correr saltando obstáculos pequeños.</li> <li>-Realizar concurso de caminata por parejas, por tríos y por grupos.</li> <li>-Crear "competencias" lúdicas donde se ponga en práctica lo que se busca en la sesión.</li> <li>-Se pedirán sugerencias a los estudiantes.</li> </ul> <p>parte final</p> <p>Los integrantes del grupo caminarán descalzos por todo el espacio realizando una buena respiración.</p>
	Lancemos	Valor: La Convivencia	-Vivencia la creatividad y la imaginación en el uso de las habilidades motrices básicas y en la	<p>parte inicial</p> <p>El juego del pega y corre en parejas y por grupos como forma de ambientación.</p> <p>parte central</p> <p>Los niños y niñas cada cual con una pelota, la lanzará y jugará con ella como quiera. Luego esto mismo pero en parejas, y en grupos de 5 estudiantes. El profesor planteará problemas motrices, que los niños y las niñas puedan resolver con niveles medios de dificultad, usando para ello los lanzamientos.</p> <p>Juegos de lanzamiento en los cuales se involucren elementos como la distancia, la precisión, la altura, la velocidad y la carrera de impulso.</p>

		<p>manipulación del elemento.</p> <p>-Genera el entusiasmo y el goce de los niños y las niñas en las cosas que realizan, tratando de hacerlas cada vez mejores.</p>	<p>Juegos individuales orientados a resolver problemas y superar metas individuales y grupales (distancias, precisión y técnicas) juegos de carrera y lanzamientos. Juegos de saltar y lanzar.</p> <p>Juegos de carrera salto y lanzamiento. Juegos de lanzamientos con utilización de la mano derecha y luego la izquierda. Juegos de lanzamiento variando los apoyos de piernas. (Ambas piernas, pierna derecha, izquierda) juegos de lateralidad cruzada (derecha izquierda) entre piernas y brazos. algunas tareas motrices que el profesor o profesora puede sugerir son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Lanzar verticalmente la pelota en el puesto y volverla a coger ejecutando actividades variadas antes de tomar nuevamente la pelota (dar palmadas, giros, saltos, sentarse, contar. etc.).</li> <li>-Por parejas, realizar pases iniciando desde una distancia corta e ir aumentándola progresivamente. Se debe lanzar de diferentes maneras. -ubicados frente a una pared lanzar, pegar a un blanco que está colocado sobre ésta. Ejecutar la acción sin carrera de impulso.</li> <li>-Por parejas, con una pelota y un aro, un compañero sostiene el aro mientras el otro tratará de pasar la pelota por medio de éste. Se debe variar la distancia del aro y la forma de lanzamiento. -Por parejas tomados de la mano, correr desde una línea lanzar la pelota lo más lejos. -cada niño elige una forma de lanzar tomando impulso. Repite varias veces.</li> <li>-Los estudiantes proponen un juego que conozcan o quieran inventar de lanzamiento para todo</li> </ul> <p>El grupo parte final</p> <p>Juego: tiro al blanco-dibujar en la pared la figura humana y cada niña y niño lanzará a una parte determinada del cuerpo.</p> <p>-Estiramiento de los miembros superiores.</p>
--	--	---	---

	Saltemos	Valor: La Decencia.	-Incrementar el control del niño y la niña sobre saltos de distancia y de altura.	<p>parte inicial</p> <p>Juego: "la mosquita"</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Organizar el grupo en dos equipos. con una pelota se harán pases dentro de un mismo grupo; el otro equipo tratará de interceptar la pelota.</li> <li>-Variante: para recibir la pelota realizarán un salto.</li> <li>-Realizarlo con dos pelotas.</li> <li>-Jugarlo de a 3, 5, 6 estudiantes.</li> <li>-Hacer los pases con la mano, el pie, y la cabeza.</li> </ul> <p>parte central</p> <p>Experimentar diferentes tipos de saltos continuos con apoyo en los dos pies, continuos en pie derecho o izquierdo, alternados, altos, largos, altos y largos, con carrera.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Caminar, a una señal, dar un salto hacia adelante y continuar caminando.</li> <li>-Realizar saltos diferentes tomando impulso.</li> <li>-Todos los niños ubicados en fila correrán y desde una línea demarcada previamente saltarán. Se determinará quiénes saltaron más y quiénes saltaron menos en grupos de 3 o 5 niños como máximo. los primeros ejecutarán un salto desde una línea de referencia, tomando carrera de impulso, el segundo saltará desde el sitio donde cayó su compañero y así los demás. ganará el grupo que cubra la mayor distancia en los saltos. todos tendrán derecho a tomar carrera de impulso. - por parejas, saltarán tomados de la mano sin y con carrera de impulso.</li> </ul> <p>Parte final: Se propone que ésta parte de la sesión la propongan los estudiantes, teniendo en cuenta las finalidades educativas y los propósitos de la unidad.</p>
--	----------	---------------------	---	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Juegos pre deportivos	La pelota mágica	Valor: La Alegría.	<p>-Reconocer la creatividad de los niños y niñas por medio de diferentes situaciones y actividades.</p> <p>-Generar el aprendizaje de habilidades específicas para la práctica de juegos deportivos.</p>	20 Horas	<p>parte inicial</p> <p>Los niños y niñas realizarán un calentamiento, ejecutando diferentes desplazamientos y movimientos articulares utilizando las pelotas de diversos tamaños.</p> <p>A la señal del profesor o profesora cambiará de pelota con otra persona y seguirá haciendo lo que estaba realizando. se usarán en lo posible pelotas de diferentes tamaños, colores y texturas</p> <p>parte central</p> <p>Con las mismas pelotas las manipularán durante unos minutos.</p> <p>-Cada uno recogerá una pelota, ¿de cuántas formas diferentes puede lanzar la pelota?, ¿cuál es la más fácil? y ¿cuál es la más difícil?</p> <p>-Somos capaces de: pasar la pelota por detrás de la espalda. Pasar la pelota por detrás de las piernas. Pasar la pelota por detrás de la cabeza. Empujar la pelota contra el suelo. Apretar la pelota con las manos. Girar la pelota en el suelo como trompo. Rodar la pelota por el suelo. Pasar la pelota de una mano a otra rodándola por el suelo.</p> <p>-Auto lanzamientos. -con las dos manos y volverla a coger.</p> <p>Con una mano y recogerla con las dos. -muy bajito, muy alto. -hacia arriba, dar palmada y recogerla. -hacia arriba, dar un bote y recogerla. -al suelo con bote fuerte y recogerlo.</p> <p>-Juegos de lanzamientos por parejas y tríos.</p> <p>-La mosca. -la pelota que no se nos cae golpeándola con las manos.</p>

				<p>La dominamos con los pies. -corren y lanzan.</p> <p>Los niños y las niñas propondrán juegos simples (dos contra dos y tres contra tres), con reglas elementales orientados al mini fútbol, el fútbol, el baloncesto, el balonmano, el voleibol y otros deportes.</p> <p>Observación: el profesor apoyará la organización de la clase, ayudará a los niños y niñas que muestran dificultades, motivará a los que demuestran buena iniciativa, propondrá alternativas para que los juegos se desarrollen fluidamente, planeará otros juegos. parte final:</p> <p>parte final juego: la bomba</p> <p>Todos los estudiantes en círculo y de pie se pasarán una pelota. En el centro, uno ira contando hasta 50, cuando llegará a 10 pondrá un brazo horizontal, al 20 el otro. Al 30 uno vertical, al 40 el otro y al 50 da una palmada.</p>
	Juguemos con los pies	Valor La flexibilidad.	-Reconocer el juego como medio de aprendizaje deportivo y educativo	<p>parte inicial:</p> <p>Juego: limpiar el campo</p> <p>Utilizando el pie, los niños y niñas recogerán todos los balones del campo para transportarlos a un lugar específico, sin utilizar las manos. lo harán trotando, caminando y en una sola pierna.</p> <p>parte central:</p> <p>formas jugadas y juegos.</p> <p>por parejas con un balón experimenta formas de conducir y transportas el balón</p>

				<p>entre los dos.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-por parejas, cada pareja con un balón realiza diferentes pases con el pie derecho y con el pie izquierdo.</li><li>-parando la pelota</li><li>-sin pararla</li><li>-con borde interno del pie</li><li>-con borde externo del pie</li><li>-por equipos, realizar carreras de relevos, conduciendo una pelota, hasta un cono y volver.</li><li>-variantes: se pondrán obstáculos, se hará el recorrido en zig-zag y se interceptará el pase entre los dos extremos.</li><li>-por grupos de 8 a 10 participantes, patear hacia la portería de fútbol.</li><li>-lo mismo pero con portería de mini fútbol con portero.</li></ul> <p>parte final:</p> <p>juego la encerrona</p> <p>el grupo se dividirá en 2 subgrupos al grupo, luego formarán un círculo tomados por las manos, se pasarán la pelota con los pies evitando que ésta salga del círculo.</p>
--	--	--	--	---

	Me ubico en el Espacio	Valor la Empatía.	<p>-Mejorar la ubicación en un espacio determinado.</p> <p>-Ejercitar la atención y concentración de los niños y niñas por medio de los juegos y actividades</p>	<p>parte inicial:</p> <p>juego: cara o cruz</p> <p>dividir el grupo en dos subgrupos, situados de espalda y a dos metros de la línea central de la placa. unos serán, cara, los otros serán, cruz; a una señal se dirá el nombre de uno de los dos grupos, quienes correrán hacia una zona determinada, evitando que los integrantes del otro grupo los toquen durante el desplazamiento.</p> <p>parte central:</p> <p>-delimitar el espacio en forma de rectángulo y ésta, a su vez, en cuatro esquinas, se organizarán las niñas y niños en pequeños grupos. todos los dicentes se desplazarán libremente, a la señal, cada grupo tratará de ocupar una esquina antes que lo haga el otro, adoptando la posición en la base.</p> <p>· reglas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. cada vez que los grupos ocupen las esquinas empezará un nuevo ciclo.</li> <li>2. ganará un punto el grupo que antes ubique todos sus miembros en una esquina.</li> </ol> <p>luego distribuir aros en el espacio, uno por pareja. las niñas y niños correrán libremente, a una señal, cada pareja buscará un aro para ubicarse en él, después correrán hasta una esquina y adoptarán una posición en la base anteriormente indicada. habrá un estudiante que tratará de quitarle el puesto a una pareja.</p> <p>-por grupos elegirán un coordinador (a) quien tendrá un balón, los demás se ubicarán próximos y atentos a la indicación de este. el coordinador (a) dirá el nombre de cualquier compañero, al mismo tiempo lanzará el balón a aire, para lanzarlo hacia cualquier compañero, quien deberá estar en la posición de base indicada, teniendo en cuenta las siguientes reglas.</p>
--	------------------------	-------------------	--	---

				<p>1. si el lanzador toca con el balón a un niño o a una niña fuera de base, este cumplirá una tarea motriz propuesta por el grupo.</p> <p>2. si el lanzador no logra tocar con el balón a ninguno, la tarea la cumplirá éste.</p> <p>3. el grupo construirá otras reglas de juego para dinamizar más la actividad y para que el grado de atención y participación mejore.</p> <p>parte final:</p> <p>los niños y niñas propondrán la actividad para realizar, finalizando con un estiramiento individual</p>
	Juguemos volibol	Valor la Docilidad.	<p>-Pasar y recepcionar la pelota en forma adecuada.</p> <p>-Conocer y valorar la diversidad de posibilidades que nos brinda la pelota, como son las habilidades básicas.</p>	<p>parte inicial:</p> <p>Por grupos en círculo, dos de los integrantes se ubicarán en el centro, los demás alrededor con dos pelotas. Harán pases y recepciones, a una señal, lanzarán el balón sobre los compañeros que están dentro del círculo, tratando de poncharlos. teniendo en cuenta las siguientes reglas:</p> <p>1. todos los lanzamientos se realizarán en contacto con el suelo.</p> <p>2. cada cierto tiempo se rotarán las posiciones.</p> <p>parte central:</p> <p>-Juegos simplificados de voleibol, se marcará un espacio reducido y se pasará la pelota sobre una red o una cuerda. las reglas son convenidas por los jugadores con</p>

				<p>orientaciones del maestro. la actividad tendrá las siguientes variantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Juego uno y uno sobre la red con golpe de dedos y antebrazos.</li> <li>-Juego dos y dos, ampliando el campo de juego.</li> <li>-Juego tres y tres sobre la red.</li> </ul> <p>La complejidad de las reglas y el espacio será modificada de acuerdo a los grados de dominio y comprensión del juego.</p> <p>Como medida de protección una regla que no deberá faltar es la de no tocar la red. esto con el objetivo de evitar accidentes y golpes entre los niños y las niñas.</p> <p>las siguientes son reglas que se pueden ir incluyendo progresivamente según las posibilidades que se vean en los grupos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Aumento de los espacios de juego.</li> <li>-Servicio desde afuera de la cancha rayada y convenida desde la línea final del espacio marcado por cada grupo.</li> <li>-Rotación de los jugadores cada que recuperan el servicio o saque y gana un punto.</li> <li>-No hacer más de tres toques al balón antes de pasarlo al campo contrario.</li> <li>-Se pueden elevar los grados de complejidad solo si el grupo muestra elevados niveles de competencia (capacidad y calidad en el juego).</li> </ul> <p>parte final:</p> <p>Se formarán grupos de 5 ó 6 niñas o niños. cada persona del grupo dispondrá de una pelota que por turnos lanzará hacia arriba, todos los otros niños y las niñas de inmediato tratarán de impactar o tocar este elemento lanzando sus pelotas.</p>
--	--	--	--	--

	Juguemos futbol	Valor La laboriosidad.	-Mejorar y desarrollar el control del balón en desplazamiento.	<p>parte inicial:</p> <p>-Juego libre con el balón.</p> <p>-Delimitar el espacio en dos, dividiéndolo con una cuerda o trazando un línea, en cada lado se colocará un equipo con un número determinado de 10 a 20 balones. a una señal cada equipo enviará sus balones al campo contrario utilizando solo lo pies, los equipos intentarán parar y devolver los balones que llegan.</p> <p>parte central:</p> <p>Se dispondrá de un espacio con obstáculos y cada niño con un balón o pelota y deberá experimentar la conducción con el , sin tocar los obstáculos, luego se les dirá que traten de hacer lo mismo pero en parejas.</p> <p>Realización de juegos simplificados. en espacios reducidos y con reglas elementales.</p> <p>Juego de uno contra uno o uno y uno tratando de marcar gol al compañero o la compañera.</p> <p>Juego dos y dos. se aumentarán las dimensiones del campo de juego y de la portería.</p>
--	-----------------	------------------------	--	--

				<p>Unos defienden y otros atacan: dos y dos, una pareja atacará y tratará de marcar gol, mientras la otra defenderá. cada vez que el equipo que defiende quita la pelota, la regresará a los atacantes. se cambiarán los papeles de los equipos cada determinado tiempo.</p> <p>Juego de ataque y defensa simultaneo dos y dos con un sola portería y un compañero nuevo jugará de portero.</p> <p>Juego de ataque y defensa dos y dos con dos porterías.</p> <p>parte final:</p> <p>Por parejas recordar las actividades trabajadas en la clase, evaluar y corregir al compañero.</p>
	El balón volador	Valor el Respeto.	Ejercitar la comunicación, la cooperación y el respeto como elementos importantes de los juegos de conjunto.	<p>parte inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Calentamiento: movilidad articular, ejercicios de estiramiento enfocados específicamente al miembro superior. realizado por los estudiantes.</li> <li>· juego la pega en cadena.</li> </ul> <p>parte central:</p> <p>-Balón volador: se delimitará el campo atravesando una cuerda en la mitad a una altura de 2 metros. los jugadores se repartirán en dos equipos iguales a lado y lado de la cuerda. los integrantes enviarán la pelota al campo contrario, está deberá ir y venir continuamente hasta que haya una falta. el equipo que cometa falta pierde el dominio. serán consideradas faltas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enviar el balón fuera del campo de juego.</li> </ol>

				<ol style="list-style-type: none"><li>2. Pasar el balón por debajo de la cuerda.</li><li>3. Hacer pases en su propio campo.</li><li>4. Que el balón toque la cuerda.</li></ol> <p>Para este juego se recomienda hacerlo con grupos pequeños de 4 o 5 personas.</p> <p>-pelota sobre la soga: dos equipos de cuatro jugadores cada uno, máximo, tres toques para luego pasarlo por encima de la cuerda al campo contrario. se considerarán faltas:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Sacar y que la pelota pase por debajo de la soga.</li><li>2. Sobrepasar el campo de juego.</li><li>3. Tocar la soga.</li><li>4. Que el equipo efectúe más de tres toques antes de pasar la pelota al campo contrario.</li><li>5. Que el balón caiga al piso.</li><li>6. Las reglas de estos juegos las pueden poner los mismos estudiantes a la medida que realicen las tareas mejor.</li></ol> <p>parte final:</p> <p>Jugar voleibol con pases directos al campo, en pequeños grupos como anteriormente se explicó y en espacios más reducidos de lo normal.</p>
--	--	--	--	--

	Juguemos con la Pelota	Valor el servicio.	<p>Motivar para la práctica futura de un deporte específico.</p> <p>Ejercitar el dialogo y la tolerancia como elementos importantes para el trabajo en conjunto.</p>	<p>parte inicial</p> <p>Juego el imitador: ubicados en círculo, todos los integrantes del grupo tendrán una pelota y serán conocedores del quien dirige, menos quien ha de descubrirlo, se palpará, se lanzará, se recogerá, se driblará lento, rápido, con una mano, con los dos, con derecha, con izquierda. se tratará de imitar inmediatamente los movimientos, evitando que descubran el orientador.</p> <p>parte central:</p> <p>Los niños y niñas expondrán un juego o actividad con pelota que hallan construido en alguna de las tareas antes propuesta.</p> <p>-Pelota sol: por equipos sentados en círculo, con frente hacia fuera, un estudiante de pie a una señal se desplazará, le lanzará la pelota a cada jugador y este la devolverá (los lanzamientos se harán en dirección a las manecillas del reloj). Ganará el equipo que termine antes el número de ciclos establecidos.</p> <p>-Pelota capitana: los equipos colocados en hilera, a unos pasos de distancia se colocará un jugador de pie, el jugador le pasará la pelota al primero de la hilera, quien la devolverá y se sentará, lo mismo que hará con los demás jugadores; ganará el equipo que primero este sentado.</p> <p>-El semáforo: todos los estudiantes con una pelota, al decir el educador, rojo, los estudiantes lanzarán la pelota hacia arriba, cuando diga "amarillo", driblarán despacio y cuando diga "verde", aumentarán la velocidad del drible.</p> <p>Deberán ganar en familiarización con la pelota.</p> <p>parte final:</p> <p>Juego de baloncesto: 2 contra 2, 3 contra 3, para introducirlos en el juego colectivo. a la señal del profesor o profesora cambiarán de adversarios.</p>
--	------------------------	--------------------	--	---

## PROPUESTA PARA EL AREA DE EDUCACION FISICA GRADO CUARTO

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividad de aprendizaje
Construyendo y jugando	Rescatando tradiciones	<p>Valor: la sumisión.</p> <p>Reconoce a Dios como el dador y dueño de la creatividad, y por ende se somete a Él para que al crear juegos y/o cosas sea Dios quién ilumine y guíe el proceso al crear.</p>	Reconocer y poner en práctica diversos juegos tradicionales, como forma de disfrute y rescate de signos culturales.	30 Horas	<p>Parte inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Le proponemos una lectura de civilizaciones pasadas donde aparezca el juego como parte de sus costumbres o tradiciones.</li> <li>-Luego pueden comentar.</li> <li>-Los niños pueden escoger un juego conocido por ellos y jugarlo, para luego darle variaciones como ellos lo sugieran.</li> </ul> <p>Parte central:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Organizar, por bases, los elementos existentes o contruidos por los niños y sus familias, de forma que a una orientación, cada persona se desplace al juego tradicional que más le agrade; luego de 8 minutos, podrá visitar y practicar otro y otro, y así sucesivamente.</li> <li>-El maestro estará atento y participando de las actividades y juegos dispuestos en el espacio.</li> </ul> <p>Parte final:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Coloca un cartel llamativo</li> </ul> <p><b>!MIRAR, NO ES IGUAL QUE OBSERVAR!</b></p>

					<p>-A partir de la lectura del cartel, ponga a los niños a observar las características físicas y las destrezas que permiten desarrollar cada uno de los juguetes utilizados anteriormente</p> <p>Luego de 5 minutos, pida que socialicen lo observado y que lo analicen.</p>
	La creatividad puesta a prueba	Valor: la Aceptación.	<p>-Construir participativamente elementos como pompones, cintas, pelotas de trapo, aros, que permitan poner a prueba su creatividad. Utilice los elementos construidos en la clase anterior.</p>		<p>Parte inicial:</p> <p>Puesta en común de los diferentes materiales con los cuales construirán los elementos.</p> <p>Proceso de construcción individual de cada uno de los instrumentos.</p> <p>Puede colocar una música suave de dance, y/o himnos con la cual posteriormente podrán acompañar los juegos rítmicos utilizando los elementos.</p> <p>Parte central</p>

			<p>-Propiciar la comunicación y la solidaridad de los niños por medio de los juegos, para una mejor convivencia.</p>	<p>Es realmente sencillo el trabajo central: Se puede motivar a los niños para que creativamente, monten coreografías con los elementos contruidos. Usted, querido colega, sólo debe darles tiempo y estar atento a la ayuda y consejos que los estudiantes necesitan para construir su coreografía.</p> <p>Parte final:</p> <p>-Si lo desea, puede poner a los niños a escribir sobre lo que experimentaron durante el desarrollo de estas sesiones; en el componente motriz (coordinación, equilibrio, ritmo, desplazamiento) acerca del acompañamiento o ayuda colaborativa de los compañeros para intentar desarrollar algunos gestos motrices.</p> <p>-Recoja los escritos y sistematícelos, esto ayudará a conocer la percepción de los niños. Si lo intenta, puedes dar otro final</p>
--	--	--	--	---

	<p>Juguetes que me encantan</p>	<p>Valor: La colectividad.</p>	<p>-Desarrollar la creatividad motriz a partir de la elaboración de instrumentos (juguetes) como tablas para resbalar, triqui, sapo (tiro al blanco), y zancos. y desarrollando el trabajo en equipo.</p> <p>Nota: la elaboración de los zancos puede hacerse como una clase aparte</p>	<p>Parte inicial:</p> <p>-Realizar un conversatorio acerca de los ambientes familiares donde se jugó o se juega con estos 4 juguetes. ¿cómo se juega?, ¿con quién se juega?, ¿qué sienten cuando lo hacen? ¿a nivel familiar qué representa estos juegos?.</p> <p>-Seguidamente, se les preguntara si desean construir colectivamente estos juguetes, luego manos a la obra</p> <p>Parte central:</p> <p>-Se disponen los materiales en diversos espacios del salón o patio y se procede a la elaboración de los juguetes por equipos. El docente da unas orientaciones previas y los estudiantes demuestran sus habilidades manuales y su cohesión grupal.</p> <p>-El profesor siempre debe estar atento a las necesidades que se le presentan a los estudiantes en la realización de los trabajos.</p> <p>Parte final:</p> <p>Se expondrán los trabajos realizados y los mismos niños valorarán el proceso de esta sesión.</p> <p>-Cumplimiento en la traída de los materiales</p> <p>-Participación en la elaboración de los juguetes</p> <p>-Trabajo en equipo</p>
--	---------------------------------	--------------------------------	---	--

	<p>Que bueno es jugar con juguetes contruidos por mi</p>	<p>Valor: El Orden.</p>	<p>-Implementar diversas prácticas motrices específicas a partir de la utilización personal y grupal de los zancos, la tabla para resbalar, el sapo y el triqui.</p> <p>- solidaridad y la comunicación de los niños para un mejor trabajo en equipo.</p>		<p>Parte inicial:</p> <p>Dos de los participantes llenan sus diarios de campo.</p> <p>Uno o varios de los niños explicarán al resto del grupo, la manera metodológica como se puede utilizar divertidamente cada uno de los juguetes; los demás escucharán y opinarán.</p> <p>Parte central:</p> <p>Los grupos de trabajo explorarán libremente con los juguetes y sus compañeros por todo el espacio. A la señal deben cambiar de actividad o de juguetes.</p> <p>Parte final:</p> <p>-Se anima a los participantes a que tendidos en el suelo, suelten los músculos y respiren profundo hasta llegar a la calma.</p> <p>-Cada equipo recoge el material, lo organiza y lo lleva al lugar correspondiente.</p>
--	--	-----------------------------	---	--	---

	Pelota al aire	Valor: La Integridad.	<p>-Explorar las diferentes habilidades motrices básicas como: lanzar, atrapar, botes, golpear, rodamientos, a partir de los juegos de malabares.</p>		<p>Parte inicial:</p> <p>-Se realiza un trabajo de conocimientos previos "qué son los malabares" ¿qué prácticas conocen? ¿Dónde se realizan? ¿Quién puede enseñarnos un malabar?.</p> <p>-Posteriormente, se entregará la pelota o parte central de pelotas con la cual el niño practique algunas pruebas.</p> <p>Parte central:</p> <p>-Individualmente se da un tiempo para que el niño practique malabarismo a 2 pelotas, sin que estas caigan al piso y lo más rápido posible. Si uno de los participantes maneja fácilmente estos 2 elementos se entrega un tercero.</p> <p>-Luego por grupos de 4 con una sola pelota (pequeña) de medias o de trapo iniciarán un concurso; cuántos minutos permanece la pelota en el aire sin que toque el suelo. Las reglas permiten utilizar cualquier parte del cuerpo con tal que permanezca en el aire.</p> <p>-Luego se aumenta la dificultad. (2 pelotas, 3 pelotas).</p> <p>-Se le propone a los niños si son capaces de hacerlo con otro material diferente a las pelotas.</p> <p>Parte final:</p> <p>Los niños realizan un estiramiento individual.</p>
--	----------------	-----------------------	---	--	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	tiempo	Actividad de aprendizaje
La vivencia del cuerpo en armonía con la naturaleza	Conocimientos previos	Valor: La comprensión.	-Determinar el grado de conocimiento de los niños a cerca de las temáticas propias de la unidad, y a partir de allí, reforzar y adecuar las sesiones posteriores	50 Horas	<p>Parte inicial:</p> <p>-Se pide a los niños que dispersos caminen y corran a ritmo de la música o el tambor.</p> <p>-Cuando la música o el instrumento dejen de sonar, cada uno corre a uno de los carteles de colores (amarillo, azul, rojo, verde, blanco, negro) antes dispuestos en diferentes lugares del colegio o institución.</p> <p>Parte central:</p> <p>Sin explicar el propósito de la clase, y en grupos antes conformados, observarán la parte posterior del cartel, donde hallarán una serie de instrucciones sobre lo que deben hacer y con que hacerlo.</p> <p>La sesión se desarrollará en un circuito que consta de 9 bases cada una con una, duración de 4 minutos.</p> <p>Cada grupo pasa por todas las bases.</p> <p>El docente recorre las bases observando con cuidado y ayudando a quienes se les dificulte interpretar las instrucciones.</p> <p>Las bases contienen las siguientes pruebas:</p>

				<p>-Realizar un calentamiento general.</p> <p>-Relajación: uno de los compañeros dirige la relajación proponiendo tensión, relajación y respiración</p> <p>-Con toalla en mano cada uno muestra cual es la manera más adecuada de secarse y por qué.</p> <p>-Realice una lista de alimentos nutritivos y saludables a los niños y que tengan acceso. Que estos respondan ¿cómo se debe comer?</p> <p>-Cada uno se despoja de prendas de vestir ¿Quién se demora mas en quitárselas y ponérselas?</p> <p>-Pregunta. Qué podemos hacer para mejorar el entorno del lugar donde vivimos?</p> <p>-Cómo podemos participar en acciones para mejorar las condiciones de vida en el lugar donde vivimos y en la escuela?</p> <p>-Escriban cuando hay un terremoto o una inundación ¿qué se debe hacer?</p> <p>-Soplar una vela de distintas maneras sin que se apague</p> <p>Estas y muchas otras actividades ingeniosas puede proponer el docente</p> <p>Parte final</p> <p>Los niños ya conociendo lo anterior, por grupos crearán un nuevo circuito, sin repetir tareas de la sesión, lo pueden poner a consideración dentro de la sesión de clase.</p>
--	--	--	--	---

	La información que nos interesa	Valor: La Empatía.	-Organizar la información acerca de los recursos naturales del sector o zona, para propiciar el disfrute y las prácticas de actividades de aventura.	<p>Parte inicial:</p> <p>En un diálogo cordial con los participantes se les cuenta cual es el propósito de la sesión, y que beneficio tiene para futuras prácticas y valoración de escenarios.</p> <p>Parte central:</p> <p>-Se realiza un recorrido a pie por los diferentes sitios naturales y otros que se puedan acondicionar para desarrollar diferentes prácticas recreativas, deportivas, de ocio y tiempo libre. Cada estudiante llevará consigo una guía (instrumento) que permita registrar las características de los sitios, la seguridad del terreno, las posibles acciones y habilidades a desarrollar en cada sitio, las facilidades de acceso, la distancia de la escuela, los recursos naturales propios del lugar, conocer personajes del medio e interactuar con alguno de ellos (ellos elegirán a quien),etc.</p> <p>En uno de los lugares preferidos, el docente pedirá que, por equipos, propongan y ejecuten una actividad o un juego. Posteriormente, se desplazarán de nuevo a la institución, teniendo en cuenta las normas de seguridad vial.</p> <p>Parte final:</p> <p>Organizar y elaborar un informe por parejas que dé cuenta de las observaciones realizadas y de los sentimientos o reflexiones generados.</p>
--	---------------------------------	--------------------	--	--

	El cuerpo incompleto	Valor: La Gracitud.	Reconocer las posibilidades y debilidades de cada uno, a partir de la utilización o limitación de uno o varios de los sentidos o segmentos corporales.	<p>Parte inicial</p> <p>Con los ojos vendados cada uno se desplaza y baila al ritmo de la música colombiana, eso sí teniendo en cuenta las normas de seguridad respectivas</p> <p>Parte central:</p> <p>Los estudiantes pasarán por diversas pruebas, caracterizadas por limitaciones impuestas por los materiales. Sólo pueden practicar el número de personas correspondientes al número de materiales; pueden ir pasando por los diferentes materiales.</p> <p>Pruebas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Escribir un párrafo con la mano diestra.</li> <li>-Cargar diferentes elementos en el cuello y otro segmento, puesto que las manos no existen.</li> <li>-Voleibol para personas sin pies: sentados en el piso en una cancha adaptada, no se pueden parar ni arrodillar.</li> <li>-Baloncesto sentado en una silla: desde ésta, lanzar el balón a una cesta</li> <li>-Lectura de labios: con los oídos tapados totalmente, intentar leer los mensajes en los labios.</li> <li>-Casi ciegos: con una venda semitransparente o gafas rayadas intenta jugar microfútbol, o chutar una pelota lanzada por otro.</li> <li>-Las muletas: podrán intentar andar un buen tramo con ellas y subir escalones pequeños, o por encima de obstáculos.</li> </ul>
--	----------------------	---------------------	--	--

					<p>-Ceguera total: con ojos vendados reconocer sabores, olores, tamaños, objetos, etc.</p> <p>-Perseguida: un cascabel que se arrastra, un niño que lo busca con los ojos vendados.</p> <p>-Mímica: emitir mensajes con mímica.</p> <p>-Perdí mis brazos: realiza diferentes acciones sin manos, escribir el nombre en un papel, beber agua de un vaso, sacar una bola de cristal de una vasija.</p> <p>Otras pruebas como estas pueden ser adaptadas por usted docente cargado de experiencias.</p> <p>El docente siempre debe orientar el desarrollo mostrando el valor que tienen los sentidos para nuestro desenvolvimiento y sensibilizando frente a las sensaciones de personas con algunas limitaciones y cómo logran con voluntad y persistencia superarse.</p> <p>Parte final:</p> <p>Los niños en dos grupos, elegirán las dos actividades que más les gustó realizar en la parte central y jugarán a ellas. Al dar una señal cambian de actividad.</p>
--	--	--	--	--	---

	Aventuras en la naturaleza	Valor: La Alegría y Gozo.	-Desarrollar diferentes prácticas motrices en la naturaleza como alternativa para un desarrollo integral en armonía con el entorno (diseñada para tres clases)	<p>Parte inicial:</p> <p>Desplazamiento al lugar (dispuesto con anterioridad) donde se llevará a cabo la práctica.</p> <p>Los estudiantes prestaran el material que será utilizado para estas aventuras, cuyo principal vehículo es el cuerpo.</p> <p>Parte central:</p> <p>Se inicia con la conformación de grupos de a 8 niños, hombres y mujeres; esta conformación se llevará a cabo a partir de un juego que posibilite la conformación de estos equipos. Seguidamente, cada equipo dispone de un material que permita desarrollar prácticas de aventura con la naturaleza.</p> <p>Antes de iniciar el descubrimiento por parte de los estudiantes, se comentará sobre las normas de seguridad a tener en cuenta a la hora de interactuar con la naturaleza y de utilizar los diversos materiales.</p> <p>Por fin llegó la hora esperada por todas y todos los participantes "el vértigo, la emoción, el aumento de energía, el contacto con lo realmente natural"</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Unos grupos trabajarán con neumáticos en el agua, por parejas al que primero llegue a la meta.</li> <li>-Con carros de rodillos</li> <li>-El columpio de lazos, colgados en un palo</li> <li>-La pista jabonosa, finalizando con un trabajo de reptar por debajo de una malla hecha con cabuya.</li> </ul>
--	----------------------------	---------------------------	--	--

					<p>-Vamos a escalar, con lazos, amarrados a los árboles, en una montaña bien inclinada. Los educandos deberán escalar la montaña aferrados a los lazos</p> <p>-Carreras de pie en el agua (relevos)</p> <p>-Carreras de caballos humanos (por parejas) hasta llegar a la meta</p> <p>-Para la sesión 6, todo el grupo sale preparado para acampar una tarde o una noche; los padres podrán acompañar a sus hijos en esta aventura</p> <p>Nota: Cada una de las propuestas anteriores son para trabajarlas por dúos o grupos.</p> <p>Para un adecuado desarrollo de la sesión el día anterior, se establecerán las diferentes comisiones, que harán de la acampada un espacio de felicidad, interacción grupal e interacción con la madre Tierra ( Gaia)</p> <p>Parte final:</p> <p>Esta parte puede ser realizada por medio de una "técnica popular": cuento, trova, escrito, poesía, dibujo</p>
--	--	--	--	--	--

	¡Diversión en grande!	Valor: La prudencia.	-Mostrar a los niños otras posibilidades de gozo y disfrute en al naturaleza, como parte para la buena salud.	<p>Parte inicial:</p> <p>Proponemos iniciar la clase con un trabajo de mímica: Pide a varios de los participantes que individualmente o por parejas, de forma creativa y rápida, den muestras de alegría a través de la expresión corporal. Luego, cuenta en que consiste la sesión del día</p> <p>Parte central:</p> <p>Por grupos, con materiales previamente solicitados, se dará desarrollo a la sesión.</p> <p>Por grupos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Voleibol bomba: los alumnos divididos en 2 pequeños grupos intentarán jugar voleibol (pre deportivo) con unas bombas llenas de agua y toallas. Es la toalla quien recibe y lanza la bomba al lado contrario.</li> <li>-Otros trabajarán individualmente con una tabla de impulso, "el primero que descienda sin caerse"</li> <li>-Un grupo más trabajara con costales o lonas, por tríos o parejas "el que primero traspase la meta (el suelo debe ser muy plano y en grama)</li> <li>-Los equilibristas: por un puente de madera delgada, no muy alto del nivel de agua, las expediciones pasarán guardando el equilibrio; gana el que no caiga al agua.</li> </ul> <p>Cada grupo tiene 10 minutos para realizar la practica de aventura grupal, al cabo de los cuales cambiara al siguiente juego, y así hasta finalizar.</p>
--	-----------------------	----------------------	---	---

				<p>Parte final:</p> <p>Debajo de un árbol, acompañado de un dulce para recuperar las energías, se realiza una puesta en común para hablar sobre las sensaciones, las percepciones, y las inquietudes que genera este tipo de trabajos motrices.</p>
	Orientándonos en el espacio	Valor: La fidelidad.	Propiciar espacios para interpretar mapas y planos de lugares que faciliten el sano esparcimiento y las prácticas motrices.	<p>Parte inicial:</p> <p>En un espacio tranquilo, (se sugiere al aire libre), conversar con los estudiantes sobre la importancia y la necesidad de elaborar y comprender mapas y planos; sobre todo cuando se desea practicar aventuras a campo abierto.</p> <p>Se llevarán algunos planos sencillos que correspondan a una zona conocida por los profesores; se responderán las preguntas pertinentes.</p> <p>Parte central:</p> <p>Realizar una "carrera de observación" por grupos, que amerite la utilización de un plano o mapa para su desarrollo y de una adecuada vestimenta.</p> <p>Esta carrera se llevará a cabo en zonas conocidas por los participantes y contará con tareas motrices sencillas que se deben ejecutar si se desea continuar con el recorrido. Además, con tareas en algunos puntos donde tengan que construir o inventar algo.</p> <p>Parte final:</p> <p>Conversatorio sobre la viabilidad o no de un mapa, plano o brújulas a la hora de orientarse en el campo.</p>

## PROPUESTA PARA EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA GRADO QUINTO

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividades de aprendizaje
El carnaval del ritmo, la danza y el teatro.	Cromoterapia	Valor: La voluntad.	<p>-Identificar y expresar el ritmo corporal a través del color.</p> <p>- desarrollar las habilidades motrices por medio del ritmo y la música.</p>	30 Horas	<p>Parte inicial:</p> <p>-Coloque a los niños a realizar estiramientos por medio de música instrumental.</p> <p>-Proponga que lleven el ritmo con solo una parte del cuerpo (cadera, brazos o cabeza).</p> <p>Parte central:</p> <p>-Por medio de un juego, los participantes quedan divididos en grupos de 8. A cada grupo se le entrega igual número de cintas de un color determinado (rojo, verde, azul. Etc.).</p> <p>-El docente coloca un casete previamente grabado con ritmos que se parezcan o que lleve a cada grupo a relacionar la música con el color.</p> <p>-Cuando el equipo identifica esta relación, se pone de pie con esta cinta y comienzan a moverse terapéuticamente.</p> <p>-Si se cambia de ritmo, este grupo se sienta y aparece el equipo con el color de cinta que corresponda y comienzan su danza; así continúan los demás equipos.</p> <p>Luego se unirán todos los grupos y escogerán un solo ritmo y entre todo el grupo debe montar un baile o presentación este.</p> <p>Parte final:</p>

					<p>-Internalización vivencial del color.</p> <p>-Se ubican en el piso en la posición que cada cual se sienta más cómodo y se puede iniciar una relajación donde se sugiere con los colores que cada uno observa internamente con los ojos cerrados.</p>
	¡Soy un actor!	Valor: Del Desprendimiento.	<p>-Vivencia la imitación de personajes y juegos coreo-musicales.</p> <p>- imaginar y crear la construcción en equipo.</p>		<p>Parte inicial:</p> <p>-Se pide a los participantes que por equipos de 5 niños, decidan que acontecimiento de la vida real (escena familiar, escolar o callejera), una propaganda, un cuento, un video musical, una combinación entre baile y teatro u otros, desean preparar para compartir.</p> <p>-En el cuaderno montan su libreto y se dan diez minutos para ensayarlo.</p> <p>-En el salón se colocan algunos implementos y vestuarios para ser usados por los artistas.</p> <p>Parte central:</p> <p>-Cada equipo saldrá voluntariamente a representar su acontecimiento obra; los demás grupos harán de espectadores de los nuevos artistas. Así se continúa hasta que cada equipo haya participado.</p> <p>Parte final:</p> <p>-Indaga acerca de por qué decidieron hacer esta obra y no otra.</p> <p>-Qué recuerdos o pensamientos agradables o desagradables vinieron a su mente en esos momentos?</p>

	Figuras musicales	Valor: La Sociabilidad.	-Reconocer y poner en práctica algunas figuras rítmicas y su valor.	<p>Parte inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Pintar en cartulina u otro material la redonda, la blanca; la negra, la corchea ; se explica el valor del tiempo de cada una.</li> <li>-Redonda: 4 tiempos</li> <li>-Blanca: 2 tiempos</li> <li>-Negra: 1 tiempo</li> <li>-Corchea: ½ tiempo</li> </ul> <p>Con las manos, con los pies, con otra parte del cuerpo trabajan cada figura. Los estudiantes proponen las formas como se puede también realizar la tarea.</p> <p>Parte central:</p> <p>Lleve una canción con sus respectivas notas musicales ( blanca, negra, corchea), píntela en el suelo por estrofas y por grupos, pídeles que ensayen esa secuencia utilizando diversos segmentos corporales hasta que logren hacerlo sin equivocarse. Luego coloque todo el grupo a que canten rítmicamente esta secuencia. Los estudiantes escogen una canción o ritmo para hacer lo mismo de antes.</p> <p>Parte final:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Por parejas construyen un pequeño texto (porra, hurra o canción a la alegría, o el valor que se desee).</li> <li>-Debajo de cada palabra o silaba, debe ir la nota musical.</li> <li>-Finaliza la clase intentando cantar porras o hurras.</li> </ul>
--	-------------------	-------------------------	---	--

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	tiempo	Actividades de aprendizaje
Experimentando habilidades motrices	Formas jugadas	Valor: El Autodominio.	<p>-Instar a los niños en la práctica de las actividades motrices específicas atléticas a partir de formas jugadas (caminar, correr, saltar).</p> <p>Comprender y explicar la importancia de las habilidades motrices básicas para la vida cotidiana.</p>	20 Horas	<p>Parte inicial:</p> <p>El grupo efectúa un recorrido en el patio en diferentes direcciones para no dejarse contagiar de la mancha. Inicialmente lo hacen caminando y posteriormente corriendo. El alumno cogido, pasa a ser alumno manchado, que debe continuar manchando a otro y así sucesivamente. Luego se hace lo mismo pero utilizando pelotas (con una, luego con dos pelotas y tres).</p> <p>En grupos los estudiantes realizan un estiramiento, teniendo sugerencias de las sesiones anteriores.</p> <p>Parte central:</p> <p>Proponga a los participantes que cada uno proponga una idea de un juego que tenga que ver con carrera, saltos, por ejemplo: La mosquita, el gato y el ratón, saltando el lazo, persecución por parejas etc, para luego ser jugado.</p> <p>Seguidamente, puedes explicar y demostrar la manera correcta de caminar, correr y saltar</p> <p>Parte final:</p> <p>Se puede realizar de forma colaborativa. Por parejas, el uno corrige al otro sus equivocaciones al caminar, correr o saltar, esto exige, que el alumno que observa para corregir, tenga muy claro los gestos técnicos de estas acciones motrices.</p> <p>Uno imita al otro en sus desplazamientos y movimientos, luego cambian de papel.</p>

	Trabajo de tren superior	Valor: La Unidad.	Desarrollar la fuerza en miembros superiores e inferiores como componentes para un buen trabajo de gimnasia y estado físico.		<p>Parte inicial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Se inicia con un calentamiento general por medio de aeróbicos (este trabajo debe ser de baja intensidad).</li> </ul> <p>A medida que se hace este trabajo los niños proponen movimientos y ejercicios a realizar por todos al ritmo de la música.</p> <p>Parte central:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Como propuesta se puede trabajar, fuerza de brazos, flexo extensión de miembros superiores e inferiores, ejecución de fuerza de piernas, apoyos (en 2 puntos, en 3 puntos, 4 puntos), empuje, resistencia a la fuerza. Todo este trabajo se realiza en parejas.</li> <li>-Los estudiantes pueden proponer ejercicios con el compañero donde ellos crean que se trabaja la fuerza (utilizando el cuerpo de los dos). Los estudiantes deben proponer un circuito de cinco estaciones sobre formas jugadas orientado mejorar la fuerza.</li> </ul> <p>Parte final:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Los estudiantes realizan un estiramiento individualmente.</li> <li>-Observación de la actitud de los docentes para la práctica.</li> <li>-La iniciativa en las tareas.</li> <li>-La atención y la concentración en la sesión.</li> </ul>
--	--------------------------	-------------------	--	--	--

	Pasando y jugando	Valor: El Ímpetu	<p>-Realizar diferentes pases y recepciones propios del balonmano con una y ambas manos.</p> <p>- comunicar y cooperar entre compañeros para la base del trabajo en equipo.</p>		<p>Parte inicial:</p> <p>Calentamiento en grupos utilizando las pelotas y balones, de igual forma se realiza un estiramiento.</p> <p>Parte central:</p> <p>-Se enumeran los niños de 1 a 2. Los número 1 esta adelante y los número 2 atrás. El objetivo es que el número 2 toque al 1, antes de cruzar la meta, luego se cambia (el toque es con una pelota de trapo).</p> <p>-El docente y los alumnos pueden proponer variantes a este juego.</p> <p>-La mosquita: por tríos, 2 de los jugadores se pasan la pelota y el otro intenta atraparla (mosca). El desplazamiento se puede realizar por toda la cancha y variando los pases: picado, bolea, por lo alto, pecho, saltando, con derecha, izquierda. Cuando la mosca atrape la pelota, pasa a lanzar y a recibir y quien haya lanzado o recibido mal la pelota, pasa a su "nueva mosca".</p> <p>-Por grupos de a 4: cada grupo tiene 2 pelotas, deben hacer pases en orden, el que pasa realiza una tarea motriz, antes de recibir de nuevo y correctamente la pelota. No deben dejar caer las pelotas. Las tareas motrices las define el docente: flexión de rodillas, cuclillas, arrodillados y pararse, sentarse y pararse, una abdominal, tocar un objeto cercano...</p> <p>-Por parejas inventar y poner en práctica diversas formas de realizar pases y recepciones cortos y largos.</p>
--	-------------------	------------------	---	--	---

					<p>Parte final</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-En grupos de 8 personas y utilizando cualquier parte del cuerpo, no dejar caer la pelota al piso. ¿Qué equipo dura más?</li><li>-Finalmente en círculo frontal interno, se dialogará sobre el desarrollo y las nuevas adquisiciones motrices.</li></ul>
--	--	--	--	--	---

Eje Temático	Núcleo Temático	Valor cristiano	Estándar	Tiempo	Actividades de aprendizaje
Proyección comunitaria.	Descubriendo fortalezas individuales y grupales.	Valor: La proyección.	<p>-Mostrar la importancia de proyección a los demás como forma de cooperación humana y de detección de líderes.</p> <p>-Introyectar el término de "proyección comunitaria" a partir de una experiencia práctica.</p>	30 Horas	<p>Parte inicial:</p> <p>-El docente puede dar inicio a esta sesión de clase con 8 días de anticipación.</p> <p>-Puede pedir a los niños que por equipos piensen y diseñen una actividad lúdico-recreativa, que deseen compartir con el resto de integrantes del grupo.</p> <p>-Para mayor organización puedes diseñar un instrumento sencillo de planeación para cada grupo.</p> <p>FICHA</p> <p>GRUPO #:.....</p> <p>NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: .....</p> <p>CLASE DE ACTIVIDAD: .....</p> <p>TIEMPO DE DURACIÓN: ..... MATERIALES:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>METODOLOGÍA A SEGUIR:</p> <p>.....</p>

					<p>NOTA: Esto es sólo un ejemplo de algunos puntos que podría llevar la ficha.</p> <p>Parte central:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Llegado el gran día, el docente puede revisar lo planeado por cada equipo, recopilar las copias de las fichas y dar inicio al festival o carrusel.</li><li>-Uno de los equipos tomará la iniciativa, comenzando su actividad con la participación de todos, así se dará continuidad hasta que los 4 equipos compartan su iniciativa.</li></ul> <p>El maestro debe participar como un estudiante más de la clase.</p> <p>Parte final:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>-Se puede establecer un dialogo informal con sus alumnos, acerca de la experiencia; el dialogo puede partir de algunas preguntas claves llevadas por el maestro en papeles de colores.</li><li>-Cómo se sintió cuando planeabas la actividad?</li><li>-En qué te aporto el grupo de trabajo?</li><li>-Qué piensas acerca del compartir con los demás, sus juegos y actividades?</li><li>-Qué valores pudiste observar en cada uno de los grupos?</li><li>-Después de esta experiencia podrían compartir con nosotros, tu propia idea de proyección comunitaria?</li></ul>
--	--	--	--	--	--

	Acerca del ocio y la recreación	Valor: Aprovechamiento del tiempo.	Realizar un acercamiento conceptual al tema del ocio, la recreación y sus múltiples manifestaciones sociales, para comprenderlos y ponerlos en práctica.		<p>Parte inicial:</p> <p>El docente comenta la importancia de conocer conceptualmente algunos elementos que van a ser usados permanentemente por aquellos que se proyectan a los demás, desde sus conocimientos motrices, recreativos y lúdicos.</p> <p>Para ello, se pueden fijar algunos afiches en la pared con conceptos o frases que den cuenta de la temática en particular.</p> <p>Parte central:</p> <p>Pide a los alumnos que recorran el espacio leyendo y observando los afiches.</p> <p>FRASES:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Las actividades recreativas y de tiempo libre son: de descanso y creativas.</li> <li>-Las actividades lúdico-recreativas son: apropiativas, liberan la espontaneidad.</li> <li>-Las actividades recreativas y de ocio son: sicomotoras, forman la personalidad social.</li> <li>-La recreación es un sistema organizado, compuesto por algunas actividades orientadas, dirigidas hacia las finalidades educativas de la recreación.</li> </ul>
--	---------------------------------	---------------------------------------	--	--	--

					<p>-Las actividades recreativas se pueden clasificar:</p> <table> <tr> <td>Actividades literarias</td> <td>Dinámicas de grupo</td> </tr> <tr> <td>Juegos</td> <td>Expresiones artísticas</td> </tr> <tr> <td>Aficiones</td> <td>Actos culturales</td> </tr> <tr> <td>Actividades al aire libre</td> <td>Música</td> </tr> <tr> <td>Deportes</td> <td>Danzas</td> </tr> <tr> <td>Los actos sociales</td> <td>Ferías artesanales</td> </tr> <tr> <td>Servicio social</td> <td>Conocimientos de naturaleza</td> </tr> <tr> <td>Turismo social</td> <td></td> </tr> </table> <p>El ocio, se concibe como una forma de ser, se caracteriza por ser una vivencia libre, satisfactoria, favorecen la creatividad, el autogobierno, el autodescubrimiento y la libre elección.</p> <p>Pida a los alumnos que intenten realizar su propia interpretación de cada uno de los conceptos expuestos en los afiches. Esta interpretación se realiza por medio de una presentación teatral de lo que comprenden por el término. Cada grupo elige, el término a desarrollar. Esta parte de la sesión se da para prepararlo para otra sesión.</p> <p>Parte final:</p> <p>Los estudiantes planearán la presentación y se pondrán de acuerdo en las interpretaciones y comprensiones, para poder desarrollar la tarea propuesta.</p>	Actividades literarias	Dinámicas de grupo	Juegos	Expresiones artísticas	Aficiones	Actos culturales	Actividades al aire libre	Música	Deportes	Danzas	Los actos sociales	Ferías artesanales	Servicio social	Conocimientos de naturaleza	Turismo social	
Actividades literarias	Dinámicas de grupo																				
Juegos	Expresiones artísticas																				
Aficiones	Actos culturales																				
Actividades al aire libre	Música																				
Deportes	Danzas																				
Los actos sociales	Ferías artesanales																				
Servicio social	Conocimientos de naturaleza																				
Turismo social																					

	Un proyecto único	Valor: El servicio.	Prestar un servicio a los grados inferiores, por medio del montaje y puesta en marcha de la ludoteca escolar.	<p>Parte inicial:</p> <p>Se mostrará un video acerca de experiencias de ludotecas en algún lugar del departamento o del país, si es posible visitar una ludoteca en funcionamiento A partir de esto se desarrollará un diálogo sobre los beneficios de estas, la forma de elaborar el proyecto y los compromisos que se asumen con la permanencia de estas en la institución.</p> <p>Parte central:</p> <p>El docente puede proponer algunos pasos a seguir en el diseño de un proyecto de ludoteca y en palabras sencillas en qué consiste cada uno:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-planteamiento del problema</li> <li>-objetivo</li> <li>-objetivos: generales y específicos</li> <li>-metas</li> <li>-justificación</li> <li>-marco teórico</li> <li>-fases:</li> <li>-diseño del proyecto</li> <li>-consecución de un espacio</li> <li>-campana de recolección del material para la ludoteca, con la comunidad y con el INDER, INDEPORTES, COMERCIO,</li> </ul>
--	-------------------	---------------------	---	---

					<p>ONG, y otros colegios Intercolegiados.</p> <p>-puesta en marcha: formación de ludotecarios, organización y disposición del material en el salón, horario de atención y responsables por día.</p> <p>-seguimiento y control: fichas de seguimiento, fichas de evaluación de quienes lo usan (usuarios), fichas de autoevaluación de los ludotecarios.</p>
--	--	--	--	--	---

## Conclusión

En el anterior capítulo anterior se pudo apreciar la información pertinente al área de educación física, recreación y deportes. Inicialmente se precisó lo correspondiente a los artículos 20 y 21 de la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994), se indicó la consideración filosófica de los Adventistas con respecto a la importancia de cultivar el buen desarrollo físico, mental, espiritual y social del individuo. Se recordó el planteamiento conceptual del MEN (Ministerio de Educación Nacional) para la educación física, recreación y deportes que se ordenan para la enseñanza de la misma en el nivel de Básica primaria, seguido por la matriz propuesta para la enseñanza del área de educación física, recreación y deportes.

Se apreció posteriormente el alcance de la investigación hecha en dos de los colegios catalogados como “muy superior” por los resultados de las pruebas SABER 2005 en la ciudad de Medellín. Y Finalmente se estudió la matriz propuesta para las guías curriculares de 1° a 5° de básica primaria.

## Lista de referencias

- Amei- waece, (2003). *Diccionario pedagógico*. Recuperado de  
<http://ww.waece.org/diccionario/index.php>
- Antonio Cremades, (2004). *La enseñanza de la Biología desde la perspectiva Bíblica*. Universidad Adventista del Plata, 1-23
- Ayala y Jaramillo (1998) *investigación bibliográfica*, editorial crítica 2
- Bolívar Bonilla Carlos – Camacho C. Hipólito. (1998) *educación física básica primaria*. 3 edición editorial Kinesis
- Decreto 1860 articulo 5, de los niveles y los grados. Documento .www] Icfes (2007) recuperado de  
<http://www.mineduccion.gov.co/1621/article-107406.html>
- Documento.www]seduca (2006)recuperado de [www.seduca.gov.co/portal/educacion/servicios/do\\_juridicos/descargas/dec2419\\_16nov06.d](http://www.seduca.gov.co/portal/educacion/servicios/do_juridicos/descargas/dec2419_16nov06.d)
- Documento.www] Colombia aprende(2007) recuperado de  
[http://www.colombiaaprende.edu.co/html/home/1592/article-99280.html#h2\\_2](http://www.colombiaaprende.edu.co/html/home/1592/article-99280.html#h2_2)
- EDUTEKA Derechos Reservados Copyright. (2000 – 2006) recuperado de  
<http://www.mineduccion.gov.co/1621/article-107522.html>
- Fernando García David. (2006) *Taller de educación física estimulación temprana*. Tomo 1.Editorial Dimar
- Grupo de investigación pedagógica MEN. (2000) *lineamientos curriculares educación física recreación y deportes áreas obligatorias y fundamentales*. (editorial magisterio)
- Herramientas pedagógicas para la contextualización de loa estándares, grupo de apoyo pedagógico Santillana, Bogotá 2003, P. 9.

Hernández, Fernández y Baptista (1999) *Metodología de la investigación 2ª edición* 23.

Hoyos, Regino Santander Enrique. (2004). *Currículo y educación educativa*. Santa fe de Bogotá, Colombia. Editorial magisterio. 91 -93

Jaime Toro Gabriel. (s/f) *educación física, recreación y deporte*. Unac corporación Universitaria adventista

Valdez Opazo Enzo. (2002) *educación física Taller practico de lineamientos de la reforma educación chilena*. Editorial bibliográfica internacional