

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 1 de 33

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR
LENGUAZAQUE
PLAN DE ESTUDIOS**

AREA	EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE	DOCENTE	ERIKA JIMENA ABRIL CUEVAS
JUSTIFICACIÓN			
<p>La educación física en su devenir histórico, y en la misma construcción paulatina de la educación institucionalizada, ha estado presente de diferentes maneras y perspectivas en los procesos de estructurar un currículo abierto y flexible, con miradas permanentes a los cambios y las necesidades de los estudiantes y a las condiciones de los contextos donde estos se desarrollan.</p> <p>Su actual andamiaje es producto de procesos sociales, educativos, políticos y económicos que transforman constantemente y de manera sistemática su cuerpo teórico, y que asumen prácticas diferenciadas en periodos determinados de la historia. Revisar de manera sucinta este trayecto es necesario para comprender la configuración conceptual y epistemológica del área.</p> <p>Así, a inicios del siglo XIX se puede advertir una marcada tendencia al fortalecimiento del cuerpo en términos físicos, con clara orientación militar. Dando respuesta de alguna manera a las condiciones educativas y políticas del momento, en donde la rigurosidad y los esquemas corporales dirigidos y estrictos formaban ciudadanos aptos para producir económicamente y colaborar con el interés general de la Nación.</p> <p>Si bien, a mediados del siglo XIX se incluye en el Decreto Orgánico de Instrucción Pública de 1871 una formación que integre el espíritu, continúa siendo fundamental y relevante el adiestramiento del cuerpo como medio de preparación para la guerra (MEN, 2002).</p> <p>En el mismo sentido como colegio podemos decir que la cultura física tiene como responsabilidad el desarrollo armónico del individuo a través de las prácticas sistematizada y secuencial de los ejercicios de los músculos del cuerpo, preparándolo de esta manera para que se desempeñe con seguridad en su quehacer diario. El deporte es vida, es juventud, crea salud y su desarrollo fomenta el equilibrio de las relaciones interpersonales; por esto es indispensable que esta área sea vista por su importancia, porque es donde se logra el acercamiento cuerpo, alma y espíritu.</p>			
OBJETIVO GENERAL			
<p>➤ Formar en los estudiantes el gusto por la práctica deportiva, generando así procesos que faciliten el conocimiento de las necesidades de movimiento en el ser humano, buscando enriquecer sus capacidades físicas y destrezas motoras conducentes a un desarrollo físico armónico.</p>			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 2 de 33

OBJETIVOS ESPECIFICOS
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lograr el mejoramiento psicológico, socio-afectivo y motor mediante actividades físicas que permitan el equilibrio funcional en los NNA. ➤ Obtener estimulación oportuna que favorezca el desarrollo integral del cuerpo y mente de los estudiantes. ➤ Adquirir hábitos de movimiento que respondan a las necesidades del trabajo físico requeridas para el mantenimiento y mejoramiento de la salud, además de la superación de las tensiones de la vida moderna. ➤ Identificar aptitudes en el ámbito de la educación física para un mejor desempeño motor y/o a la orientación vocacional. ➤ Participar en actividades físicas, deportivas y recreativas en forma individual y comunitaria, utilizando positivamente el tiempo libre, para contribuir al desarrollo social del país. ➤ Propiciar experiencias de movimiento que beneficien la adquisición de hábitos de salud e higiene, uso apropiado de los medios y utilización del tiempo libre. ➤ Valorar la importancia de la práctica de actividades físicas como medio de prevención frente a las diferentes dificultades sociales (drogadicción, alcoholismo, tabaquismo). ➤ Resaltar los valores propios del medio para afianzar la identidad y el nacionalismo en cada uno de los estudiantes.
COMPETENCIAS GENERALES
<p>En educación física podemos hablar de una competencia praxeológica que proviene del griego praxis: trabajo, acción, acto, conducta, realización, ejercicio, experiencia adquirida, manera de ser, estado, situación, consecuencia, y logos: principio, buen sentido, fundamento, discurso.</p> <p>La integración de estos significados precisa el concepto de praxeológica como la acción, ejercicios, producidos como experiencia adquirida con fundamento y buen sentido. Miramos la relación entre el saber y el hacer poniendo el énfasis en el saber cómo hacer.</p> <p>La acción de la educación física como una acción motriz en la cual se integran como un todo el hacer, el saber hacer, y el saber cómo hacer, en una situación determinada. Por ejemplo el dominio de habilidades y destrezas motrices por si solas son insuficientes si no responden a las exigencias de</p>

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 3 de 33

un determinado contexto, frente a su comunidad y extensivo hacia la sociedad, llámese juego, deporte, recreación, etc.

En el mismo sentido se pueden denominar las siguientes competencias por cada grado:

Grado Sexto: Desarrollo mi Capacidad motriz que me permite efectuar las habilidades, destrezas básicas y deportivas con fluidez, en concordancia con el nivel de desarrollo integral, acorde con mi comportamiento y la sociedad.

Grado Séptimo: Demuestro una fundamentación técnica en cada una de las disciplinas para su formación integral.

Grado Octavo: Profundizo la técnica e iniciación de la táctica en los deportes, trabajando en un ambiente de democracia y participación

Grado Noveno: Desarrollo mis capacidades, habilidades y destrezas, tanto físicas como deportivas que me sirven para un progreso en su futuro con aspiraciones personales y sociales.


Grado Decimo: Integro elementos técnicos reglamentarios y de organización de los deportes, dispuestos a la competencia como medio del mejoramiento de la salud y fomento el buen manejo en relación con la vida social.

Grado Once: Cumpro y practico una preparación física adecuada que me permite ser deportista recreativo o competitivo proyectado a cumplir Una función social.


JUSTIFICACION

Los estándares básicos de competencias en educación física, recreación y deporte se fundamentan especialmente en la Constitución Política de 1991 y en la Ley General de la Educación (Ley 115 de 1994), las cuales han propuesto, en sus políticas de desarrollo, emprender la transformación del sistema educativo, para responder a los retos que plantea el mejoramiento de la calidad de vida como tarea de la modernidad en el contexto de la globalización. Según la Ley 115 de 1994 en sus artículos 5 y 23 el área de educación física, recreación y deporte hace parte de los fines de la educación colombiana; es una de las áreas fundamentales del plan de estudios, y constituye, además, un proyecto obligatorio transversal.

Por dicha razón nuestro reto como institución educativa es fortalecer hábitos saludables, de higiene, limpieza, nutrición y alimentación en los niños y niñas que conlleven al fortalecimiento de su cuerpo y al mejoramiento de los patrones básicos de locomoción, manipulación y equilibrio a partir del desarrollo de habilidades y destrezas básicas y el desarrollo de prácticas recreo-deportivas en diferentes ambientes que promuevan los valores sociales y contribuyan a la formación integral del ser humano


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 4 de 33

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	SEXTO	PERIODO	Primero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Perfecciono posturas corporales propia de la técnica de movimiento y gimnasia					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Conozco los esquemas básicos de la gimnasia.➤ Ejecuto elementos básicos de la gimnasia.➤ Aplico los esquemas básicos con la técnica adecuada en gimnasia.➤ Integro los elementos básicos de la gimnasia.		<ul style="list-style-type: none">➤ Rodamientos➤ Esquema gimnástico➤ Esquemas básicos individuales➤ Esquemas por equipos➤ Combinaciones gimnásticas.➤ Invertida de manos, cabeza y medialuna.			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Desarrolla la capacidad motriz para facilitar el uso de habilidades físicas básicas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Conozco mis capacidades físicas y las desarrollo.➤ Reconozco cual de mis capacidades físicas está más fortalecida.		<ul style="list-style-type: none">➤ Habilidades motrices: trepar, lanzar, reptar, giros, correr, saltar, actividades deportivas.➤ Capacidades Físicas: Fuerza, Velocidad, Resistencia y Potencia.➤ Cualidades Motrices: Flexibilidad, Agilidad, Coordinación y Equilibrio.			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Mantiene las destrezas básicas deportivas a través del deporte del atletismo diferenciando el grado de dificultad de las mismas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Diferencia las capacidades físicas y las desarrolla a través del deporte del atletismo.➤ Mantengo mis cualidades motrices a partir de la ejercitación de mi capacidad de movimientos en el menor tiempo posible.		<ul style="list-style-type: none">➤ Historia del atletismo➤ Pista Atlética Pruebas de velocidad y resistencia.➤ Relevos➤ Lanzamientos Saltos Pruebas combinadas➤ Cualidades Motrices: Flexibilidad,			6h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 5 de 33


<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conozco las diferentes pruebas de pista en atletismo. ➤ Conozco las diferentes pruebas de campo en atletismo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Agilidad, Coordinación y Equilibrio ➤ Pruebas de velocidad pura, prolongada, semi- fondo y fondo. Relevos. 4x50 4x100 	
--	--	--

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	SEXTO	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Combino movimientos de ritmo utilizando elemento propio de la marcha					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Demuestro control del movimiento corporal en situaciones de variabilidad de tiempo y espacio.✓ Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música.		<ul style="list-style-type: none">✓ Postura corporal✓ Ejecución de comandos✓ Formación por escuadrones✓ Orden cerrado✓ Esquema coreográfico✓ Participación en desfiles✓ Banda marcial			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Utilizo adecuadamente mi corporalidad en la formación integral.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Procuro cuidar mi postura en la práctica de la actividad física, desarrollando óptimamente mi esquema corporal.		<ul style="list-style-type: none">✓ Desarrollo del esquema corporal, Segmento corporales✓ Partes específicas✓ Articulaciones✓ Huesos principales✓ Músculos principales			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Poseo libertad y la utilizo responsablemente en la práctica de juegos, prácticas y actividades deportivas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Ejercito mi capacidad de ejecución de movimientos en el menor tiempo posible.✓ Realizo formas básicas de		<ul style="list-style-type: none">✓ Lanzamientos pelota✓ Pruebas combinadas✓ Desplazamiento✓ Tenis de campo: historia,			7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 6 de 33


locomoción teniendo en cuenta espacios y tiempos.	coordinación por extensión y agarres	
---	--------------------------------------	--

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	SEXTO	PERIODO	Tercero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Potencio mis capacidades perceptivo- motrices relacionada con la interocepcion.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
Conozco y desarrollo mis capacidades perceptivo motrices, teniendo en cuenta las diferentes variables en cuanto a la práctica de las mismas		<ul style="list-style-type: none">✓ Ultimate: historia y reglamentación básica✓ Actividades de coordinación con uso de sogas.✓ Calentamiento✓ sudoración✓ Agitación✓ Temperatura✓ Alteraciones de la FC✓ Alteraciones de la Frecuencia respiratoria			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Potencio mi capacidades perceptivo -motrices relacionada con la propiocepción y la exterocepcion.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
Conozco y desarrollo mis capacidades perceptivo motrices, teniendo en cuenta las diferentes variables en cuanto a la práctica de las mismas		<ul style="list-style-type: none">✓ Tonicidad✓ Postura✓ Equilibrio✓ Espacialidad✓ temporalidad✓ Variables, duración, intensidad, tipo de ejercicio, indicaciones y contraindicaciones✓ Los sentidos			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Realizo y acato instrucciones dadas acertadamente en las actividades deportivas y recreativas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Practico actividades física de		✓ Juegos con agua o en el agua			7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 7 de 33

interacción con la naturaleza y de relación con el medio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ronda y dinámica al aire libre ✓ Juegos en el bosque ✓ Juegos en la arena 	
---	---	--

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	SEXTO	PERIODO	Cuarto
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Aplico la técnica del baloncesto en forma adecuada.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Ejecuto formas jugadas que contribuyan con la fundamentación en el baloncesto.➤ Realiza perfectamente patrones de manipulación como; pasar, lanzar, golpear y driblar en el desarrollo de las actividades programadas.➤ Comprende y es capaz de diferenciar y ejecutar los diferentes patrones de manipulación con aplicación en el deporte del baloncesto.➤ Demuestro y ejecuto los fundamentos básicos del baloncesto.		<ul style="list-style-type: none">✓ Iniciación deportiva en Baloncesto.✓ Formas Jugadas✓ Posición básica Patrones de manipulación: <ul style="list-style-type: none">✓ Pasar.✓ Lanzar.✓ Golpear.✓ Driblar.✓ Conducir.✓ Formas Jugadas✓ Posición básica✓ Fundamentación Técnica .			8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Mejoro la técnica en los diferentes deportes de conjunto, en un ambiente de colaboración y participación en equipo.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Demuestro y ejecuto los fundamentos básicos del baloncesto.		<ul style="list-style-type: none">✓ Fundamentación Técnica✓ Dribling, pases y lanzamientos.✓ Juegos aplicando las diferentes formas de dribling y pases.			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Realizo y acato instrucciones dadas acertadamente en las actividades deportivas y recreativas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 8 de 33

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprendo la lógica interna del juego y buco accione que me permitan actuar acorde con ella. ✓ Contribuyo con la conformación equitativa de grupo de juego. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dominio del balón en futsal y voleibol ✓ Pases ✓ Esquemas de juego. 	6h
--	---	-----------

JUSTIFICACION


Proporcionar a los estudiantes posibilidades de movimiento, el mejoramiento de sus habilidades y destrezas físico atléticas, la cualificación de hábitos de vida saludable, el desarrollo de las capacidades condicionales, y la iniciación deportiva por medio del desarrollo del juego, las actividades lúdico recreativas en el medio natural, los juegos pre deportivos y las acciones dirigidas, permitiendo la vivencia de valores sociales y una adecuada interacción con el entorno social.

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Séptimo	PERIODO	Primero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Mantengo mis capacidades motrices, que me permiten mejorar mis habilidades con mi entorno.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Observo los cambios fisiológicos producidos por el ejercicio.➤ Mantengo en forma activa mi fortalecimiento físico.		<ul style="list-style-type: none">➤ Antropometría➤ Frecuencia Cardiaca➤ Frecuencia respiratoria➤ calentamiento➤ Deporte alternativo: Ultimate coordinación viso/manual➤ Actividades de coordinación con uso de sogas.			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Vivencio cambios producidos por el ejercicio y el reposo buscando una eficiencia por medio del relajamiento.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Analizo el estado real de mi condición física➤ Incremento mis sesiones de trabajo		<ul style="list-style-type: none">➤ Cualidades Motrices: Tabulación de datos➤ Capacidades Físicas: Aplicación de test			8h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 9 de 33

<p>para el mantenimiento físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Realizo de manera sistemática ejercicio físico para el mejoramiento de mis funciones orgánicas y corporales. ➤ Valoro la competencia deportiva como un espacio apropiado para mejorar mi desarrollo personal. ➤ Recupero, conservo y mejoro mi ambiente como escenario propicio para la práctica de la actividad física 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacidades físicas condicionales: Fuerza, Resistencia, Velocidad Flexibilidad. ➤ Test de condición Física. Fundamentación teórica de los deportes de conjunto. ➤ Sistemas de organización deportiva 	
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Competencia específica: Conozco las nociones básicas del atletismo.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Enriquezco mi cultura general con los conocimientos relacionados con el atletismo ➤ Estudio la reglamentación general para la práctica del atletismo ➤ Conozco y desarrollo las diferentes pruebas de campo en atletismo ➤ Desarrollo las diferentes pruebas de pista en atletismo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Normas, medidas y reglamento general del atletismo. ➤ Pista Atlética Pruebas de velocidad y resistencia. Relevos. ➤ Lanzamientos Saltos Pruebas combinadas 	6h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Séptimo	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Realizo técnicamente desplazamientos defensivos hacia delante atrás y lateralmente.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Manejo diferentes desplazamientos en posición estática y dinámica ➤ Ejecuto movimientos básicos para dominar el balón de baloncesto en forma estática y en movimiento ➤ Completo mi fundamentación 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Historia del baloncesto ➤ Conceptualización: Posiciones básicas fundamentales del baloncesto ➤ Fundamentos Técnicos y tácticos del baloncesto. ➤ Dribbling y pases en diferentes 			7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 10 de 33

<p>técnica en el baloncesto</p> <p>➤ Inicio la práctica del juego del baloncesto utilizando el dribling y pase</p>	direcciones	
--	-------------	--

COMPETENCIA ESPECIFICA 2

Poseo libertad y la utilizo responsablemente en la práctica de juegos, ejercicios y actividades relacionadas con el baloncesto.


ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comprendo la lógica interna del juego y busco acciones que me permitan actuar acorde con ella. ✓ Reconozco y valoro mi potencial biológico y psíquico para realizar tareas motrices. ✓ Valoro la contribución de la práctica regular y sistemática de un programa de ejercicios sobre mi salud física y mental. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividades prácticas orientadas a al trabajo técnico: ✓ Posiciones básicas fundamentales del baloncesto ✓ Fundamentos Técnicos y tácticos del baloncesto. ✓ Dribling y pases en diferentes direcciones 	6h

COMPETENCIA ESPECIFICA 3

Ejecutar tareas motrices relacionadas con el mundo deportivo, laboral y cotidiano que requiere habilidades y destrezas.


ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantengo y respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas. ✓ Participo en la creación de normas de juego y las tengo en cuenta en las actividades programadas ✓ Asumo la victoria o la derrota en el juego y valoro sus consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidades coordinativas básicas: Capacidad de regulación del movimiento y Capacidad de adaptación a cambios motrices. ✓ Frecuencia cardíaca y pulso. ✓ Ubicación espacio-temporal Respiración y relajación. ✓ Coordinación, equilibrio y ritmo ✓ Tenis de campo: Posiciones básicas golpes básicos (drive y revés), coordinación por extensión y agarres 	7h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Séptimo	PERIODO	Tercero


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 11 de 33

COMPETENCIA ESPECIFICA 1		
Conozco los fundamentos técnicos del fútbol y los aplico en situaciones de juego.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ejecuto pre-deportivos para la fundamentación en el fútbol. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordinación viso/ pedica ✓ Formas Jugadas ✓ Posición básica ✓ Bordes interno, externo y empeine ✓ Transporte de balón sin obstáculos ✓ Transporte de balón con obstáculos 	7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Perfecciono mi gusto deportivo en la fundamentación técnica del fútbol.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestro y ejecuto los fundamentos básicos del fútbol ✓ Practico en forma individual y en grupo las técnicas relacionadas con el fútbol. ✓ Soy creativo y muestro iniciativa para liderar acciones en la práctica. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dominio del balón ✓ Pases ✓ Esquemas de juego ✓ Trenzas ✓ Pases con obstáculos deportivos ✓ Fintas. 	7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Lidero e interactúo motrizmente de manera adecuada con mis compañeros en actividades de participación masiva para lograr metas colectivas e individuales.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestro control del movimiento corporal en situaciones de variabilidad de tiempo y espacio. ✓ Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Postura corporal ✓ Formación por escuadrones ✓ Orden cerrado ✓ Esquema coreográfico ✓ Participación en desfiles ✓ Banda marcial 	6h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Séptimo	PERIODO	Cuarto
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Fomento la socialización y los valores de convivencia a través de las prácticas grupales					

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 12 de 33

ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Facilita y respeta el desarrollo de actividades mixtas. ✓ Demuestra capacidades artísticas a través de la expresión corporal. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Concepto de: Juego, Lúdica, Recreación y Deporte ✓ El juego como elemento socializador ✓ El deporte, factor de unión e integración Estilos de vida saludable 	6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Fomento y desarrollo la convivencia social y la igualdad de oportunidades, explorando mis capacidades corporales a través del deporte del voleibol		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Diferencia los conceptos juego, lúdica, recreación y deporte. ✓ Reconoce en el juego su valor pedagógico y socializante. ✓ Valora el deporte como medio para la integración y la convivencia. ✓ Reconoce y practica diversos estilos de vida saludable. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Juegos en clase teniendo en cuenta los pasos para su enseñanza del deporte a trabajar. ✓ Actividades de piso y de pared involucrando el deporte del voleibol. ✓ Reglas de juego propuestas para la clase. ✓ exploración deportiva con balón de voleibol. 	8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Perfecciono través del voleibol el ajuste postural en interacción con otras personas.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identifico y aplico elementos relacionados con la coordinación y el equilibrio, que contribuyen a mejorar mi salud y la de la sociedad. ✓ Experimento y domino las habilidades motrices en la resolución de los conflictos que surgen en el juego y las actividades 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Habilidades con el balón de voleibol ✓ Gesto deportivo ✓ El juegos relacionados ✓ Ajuste postural en cuanto al deporte ✓ Recepción ✓ Servicio o saque ✓ Juegos, actividades y dinámicas para trabajar técnica del voleibol. 	6h


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAKE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 13 de 33

✓ Aplico las habilidades motrices en la manipulación de diferentes objetos durante los juegos, las actividades y las dinámicas de clase		
---	--	--

JUSTIFICACION


Facilitar el desarrollo físico, psíquico y mental de los estudiantes a través de la realización de prácticas físicas saludables, que mejoren el nivel de sus capacidades motrices y permita comprender y aceptar su identidad corporal y valorar el movimiento como elemento fundamental de la interacción con el ambiente, con los demás y consigo mismo posibilitando la integralidad del ser humano.

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Octavo	PERIODO	Primero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Realizo actividades deportivas, recreativas y de la vida cotidiana que requiere de la aplicación de habilidades y destrezas motrices.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Reconozco y valoro mi potencial biológico y psicológico para realizar tareas motrices. Incremento mis capacidades y posibilidades físicas en el contexto del respeto a la vida y del cuerpo humano cumpliendo normas de seguridad e higiene.➤ Interactúo motrizmente con mis compañeros para el mejoramiento del grupo. Atiendo sugerencias y críticas de mis compañeros y profesores.		<ul style="list-style-type: none">➤ Sistemas del cuerpo humano: digestivo y excretor. Alimentación, e hidratación saludable. Calentamiento general y específico. Lesiones deportivas. Primeros auxilios, hábitos de higiene y auto cuidado.➤ Actividad física y Condición física. -Funcionamiento de los sistemas digestivo y excretor. -Clasificación de los alimentos.➤ Estructura, fases, ventajas y beneficios del calentamiento específico. -Lesiones deportivas: en el baloncesto y el fútbol de salón. -Trastornos de la alimentación: obesidad, anorexia y bulimia. -Primeros auxilios: Hemorragias y heridas.			8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Practico valores como la cooperación, solidaridad, tolerancia y respeto durante la práctica de					

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 14 de 33


las expresiones motrices que me permitan convivir con mis semejantes.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participo activamente de las actividades culturales programadas, como el día del folclor e izadas de bandera. ✓ Practico juegos tradicionales que me permiten valorar la cultura. ✓ Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos y acompañamientos musicales. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Día del folclor ✓ Protocolo izadas de bandera ✓ Respeto por los símbolos patrios ✓ Interpretación de los himnos ✓ Danza folclórica ✓ Juego tradicionales 	6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Utilizo mi preparación físico atlética para el buen desempeño en los diferentes deportes		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Encuentro relación entre mi estado físico y mi desempeño deportivo. ✓ Practico en forma activa mis cualidades físicas ✓ Conozco y descubro mis capacidades físicas y les encuentro aplicabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidades Físicas ✓ Rutinas y secciones de trabajo ✓ Intensidad y frecuencia de trabajo Cualidades Motrices: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Flexibilidad, elasticidad muscular y articular ✓ Fuerza ✓ Tenis de campo: Posición básica y desplazamientos, golpe de drive, golpe de revés, servicio. 	6h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Octavo	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Desarrolla eficazmente capacidades y habilidades motrices que le permiten realizar mejorar constantemente su ajuste postural.					
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestro control del movimiento corporal en situaciones de variabilidad de tiempo y espacio. ✓ Ajusto mis movimientos al movimiento de mis compañeros y al ritmo de la música. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Postura corporal ✓ Formación por escuadrones ✓ Orden cerrado ✓ Esquema coreográfico ✓ Participación en desfiles ✓ Banda marcial ✓ Ultimate : actividades de mejoramiento de técnica 	7H			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 15 de 33


COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Ejecuto correctamente el doble ritmo por derecha y por izquierda en baloncesto.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Enriquezco mi cultura general con los conocimientos relacionados con el baloncesto. ✓ Estudio la reglamentación general para la práctica del baloncesto. ✓ Aplico la combinación de fundamentos técnicos del baloncesto en situaciones reales de juego 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Generalidades e historia del baloncesto. ✓ Normas, medidas y reglamento general del baloncesto. ✓ Pivotes, fintas, pases ✓ Recepción, lanzamiento 	6H
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Desarrolla habilidades y destrezas en baloncesto realizando la preparación técnica necesaria para dicho fin.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conozco la importancia del doble ritmo en el baloncesto. ✓ Ejecuto el doble ritmo por derecha y por izquierda sin dribling. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fundamentos Técnicos y combinaciones. ✓ Gusto Deportivo y perfeccionamiento. 	6H

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Octavo	PERIODO	Tercero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Comprendo la importancia de las habilidades motrices dentro de la estructura del deporte del voleibol.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T.P
✓ Encuentro relación entre mi estado físico y mi desempeño en el deporte del voleibol.		✓ Capacidades Físicas que intervienen en el voleibol ✓ Rutinas y secciones de trabajo con volea ✓ actividades por secuencias para dominio de balón ✓ Deditos ✓ Intensidad y frecuencia de trabajo en voleibol			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 16 de 33

Empleo la combinación de los fundamentos técnicos del voleibol en situaciones reales de juego		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Encuentro relación entre mi estado físico y mi desempeño en el deporte del voleibol. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practica de habilidades motrices en el deporte del voleibol. ✓ Posiciones y zonas ✓ Rotación ✓ Libero ✓ Zaguero 	7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Desarrollo capacidades motrices que me permite el pleno desempeño en el deporte del futbol de salón, teniendo en cuenta la fundamentación recibida en clase.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Completo mi fundamentación técnica en el futsal. ✓ Inicio la práctica del juego del futsal utilizando las diferentes maniobras técnicas ✓ Integro conocimientos teórico-prácticos obtenidos en clase para perfilarme como deportista en futbol sala o futbol de salón, en cualquier posición que se me asigne. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conducción, pases y remates en condiciones de juego estático, dinámico y en diferentes direcciones. ✓ Iniciación en deportivos relacionados con futsal y futbol de salón. ✓ Fintas, cortinas y desplazamientos ✓ Conducción de balon 	6H

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Octavo	PERIODO	Cuarto
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Empleo la combinación de los fundamentos técnicos del futsal en situaciones competitivas.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ejecuto movimientos básicos para dominar el balón de futsal en forma estática y en movimiento. ✓ Manejo diferentes desplazamientos en posición estática y dinámica 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fundamentos Técnicos ✓ Remates y líneas defensivas y ofensivas ✓ Posiciones básicas fundamentales ✓ recepción del balón según dirección, altura y zonas de contacto. 			7H


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 17 de 33

COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Reconozco los esquemas básicos gimnásticos individual y grupal.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestro y ejecuto los fundamentos básicos de la gimnasia ✓ Establezco y unifico requerimientos esenciales para la ejecución de las diferentes invertidas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Historia de la gimnasia ✓ Clases de gimnasia ✓ Dominio del cuerpo ✓ Invertida en 3 apoyos básica ✓ Esquemas. 	8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Aplico y Realizo los esquemas básicos de gimnasia individual y grupal.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Demuestro y ejecuto los fundamentos básicos de la gimnasia ✓ Establezco y unifico requerimientos esenciales para la ejecución de las diferentes invertidas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rodamiento lateral ✓ Invertida en dos apoyos ✓ Invertida en 3 apoyos con extensión ✓ Practica de tipos de gimnasia 	6h

JUSTIFICACION


Proporcionar las condiciones necesarias para la cualificación de la actividad física, el mejoramiento de las capacidades motrices y los patrones de movimiento aplicados al desarrollo de los fundamentos deportivos individuales y colectivos, y al desarrollo de experiencias lúdicas y recreativas en convivencia con la naturaleza, propiciando el respeto y el fomento de los valores sociales que permitan la formación de seres integrales útiles a la sociedad.

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Noveno	PERIODO	Primero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Vivencio patrones motrices en el desenvolvimiento deportivo que conservan mi buen estado físico, comprendiendo que por medio de la educación física puedo mejorar la personalidad, la expresión corporal, la creatividad y lo reflejo posteriormente en la sociedad.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Encuentro relación entre mi estado físico y mi desempeño deportivo. 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidades Físicas y coordinativas ✓ Sincronización ✓ Equilibrio ✓ Coordinación 			7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 18 de 33

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Agilidad ✓ Habilidades y destrezas motrices ✓ Rutinas y secciones de trabajo ✓ Intensidad y frecuencia de trabajo 	
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Conozco y descubro mis capacidades físicas y les encuentra aplicabilidad		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practico en forma activa mis cualidades físicas 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cualidades Motrices: ✓ Flexibilidad, , elasticidad muscular y articular ✓ Fuerza y tipos de fuerza ✓ Resistencia aeróbica y anaeróbica ✓ velocidad 	5h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Selecciono las actividades físicas que me interesan para incluirlas como parte de mi acción vital y de la conservación de mi salud		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Me desenvuelvo eficazmente en la práctica deportiva 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Trabajos y Ejercicios Interactivos. ✓ Deporte alternativo Ultimate: Tipos de agarre, técnicas de lanzamiento, recepción y pases. ✓ Deportes de raqueta Tenis de campo: volea, servicio, golpe de drive, golpe de revés. Bádminton ✓ Deportes extremos: historia 	8h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Noveno	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Identifico y ejecuto los fundamentos básicos del voleibol en situaciones reales de juego.					
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apropio las reglas del deporte del voleibol y las aplico en situaciones reales de juego. ✓ Aplico los fundamentos técnico tácticos del voleibol en cada una de las actividades a desarrollar 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordinación viso/ pedica ✓ Reglamento del voleibol ✓ Golpe de dedos ✓ Golpe de antebrazos ✓ Volea ✓ Adelantado 	8h			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 19 de 33

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ remate ✓ Tipos de saques empleados en el voleibol ✓ Ataque _Remate ✓ SET ✓ Zaguero ✓ Delantero 	
--	---	--

COMPETENCIA ESPECIFICA 2

Practico valores como la cooperación, solidaridad, tolerancia y respeto durante la práctica de las expresiones motrices que me permitan convivir con mis semejantes


ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Identifico la coordinación, el equilibrio y el ajuste postural como elementos esenciales en el aprendizaje de las manifestaciones y expresiones motrices que me permiten desempeñarme óptimamente en la vida diaria. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Postura corporal ✓ Formación por escuadrones ✓ Orden cerrado ✓ Esquema coreográfico ✓ Participación en desfiles ✓ Banda marcial 	6H

COMPETENCIA ESPECIFICA 3

Reconozco el folclor y los juegos tradicionales como medio para valorar la cultura y mejorar la integración social

ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participo activamente de las actividades culturales programadas, como el día del folclor e izadas de bandera. ✓ Practico juegos tradicionales que me permiten valorar la cultura. ✓ Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos y acompañamientos musicales. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Día del folclor ✓ Protocolo izadas de bandera ✓ Respeto por los símbolos patrios ✓ Interpretación de los himnos ✓ Danza folclórica ✓ Juego tradicionales 	6h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Noveno	PERIODO	Tercero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Comprendo las razones biológicas del calentamiento y la recuperación durante la actividad física y las aplico					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 20 de 33

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Controla la respiración y la relajación antes durante y después de la actividad física ✓ Selecciona técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de mis emociones en situaciones de juego y actividad física 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Calentamiento: genérico y específico ✓ Nutrición: proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales ✓ Hidratación ✓ Respiración: inspiración, intercambio de gases, expiración o exhalación, respiración nasal y bucal 	6H
--	---	-----------

COMPETENCIA ESPECIFICA 2


Comprendo la exigencias técnicas y tácticas en la práctica de deportes individuales y de conjunto

ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Me integro a los grupos deportivos recreativos y juveniles de mi ambiente social escolar. ✓ Selecciono nuevas formas de fortalecimiento físico. ✓ Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización. ✓ Domino la ejecución de las formas fundamentales de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conceptualización ✓ Escuelas de formación ✓ Juegos supérate Intercolegiados ✓ Participación en juegos intra murales institucionales ✓ Practica de los diferentes deportes individuales y de conjunto ✓ Secciones específicas de entrenamiento físico. 	7H


COMPETENCIA ESPECIFICA 3

Conozco, desarrollo y ejecuto los esquemas y composiciones de la gimnasia de una manera responsable, eficaz, acorde a mis posibilidades y limitaciones.

ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Analizo mi gesto Deportivo en la ejecución de movimientos gimnásticos. ✓ Practico en forma individual y en grupo las técnicas relacionadas con la gimnasia 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Series gimnásticas e invertidas en tres y dos apoyos. ✓ Combinaciones gimnásticas ✓ Esquemas con utilización de invertidas y rodamientos ✓ Rodamientos múltiples. ✓ Series Segmentarias y corporales. 	7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 21 de 33

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Noveno	PERIODO	Cuarto
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Comprendo las características del juego del futbol y las pongo en práctica para su desarrollo					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apropio las reglas del juego del futbol y las aplico en situaciones de juego. ✓ Reconozco y perfecciono los movimientos fundamentales del futbol y sus variaciones. 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Condiciones del juego ✓ Reglas ✓ Posición táctica de los jugadores Movimientos fundamentales: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Recepción ✓ Pase ✓ Tiro o remate ✓ Saques laterales ✓ Saques de esquina 			8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Domino los elementos técnico tácticos en la práctica del futbol y sus variaciones					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Apropio las reglas del juego del futbol y las aplico en situaciones de juego. ✓ Reconozco y perfecciono los movimientos fundamentales del futbol y sus variaciones 		Juegos de aplicación de futbol: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Pases con obstáculos ✓ Zigzag ✓ Perseguidos por parejas Posiciones tácticas de los jugadores: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Arquero ✓ Centrales ✓ Laterales ✓ Volantes de recuperación ✓ Medio campistas ✓ delanteros 			8h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Comprendo que las expresiones motrices son un medio de comunicación y manifestación del ser humano que le permite interactuar con los demás.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Vivencio la práctica de los diferentes deportes trabajados y comparto dicha actividad con mis compañeros. 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Práctica deportiva ✓ Actividades al aire libre ✓ Rondas ✓ Dinámicas de grupo 			4h


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 22 de 33

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizo mi capacidad creativa y la de mis compañeros para inventar diferentes rondas y dinámicas para desarrollar en clase. ✓ Practico actividades lúdicas, recreativas y deportivas en la naturaleza y a través de ellas cuido y respeto el medio ambiente 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividades deportivas libres 	
--	---	--

JUSTIFICACION


Desarrollar en los jóvenes liderazgo, motivación y espíritu, lúdico, deportivo y recreativo a través de la planeación, organización y desarrollo de estilos de vida saludable encaminados a fortalecer el desarrollo personal y social, haciendo uso adecuado del medio ambiente, fomentando valores sociales y hábitos de vida saludable que generen socialización, integración y convivencia social.

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Decimo	PERIODO	Primero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Participo y apoyo los programas de educación física recreación y deporte que se promueven en mi comunidad					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">➤ Interpreto y aplico las normas que comprenden un reglamento para que el juego sea más justo y equitativo en las diferentes disciplinas.➤ Integro los elementos técnicos reglamentarios y organizacionales de los deportes, dispuestos a la competencia y como medio de mejoramiento de la salud y fomento del buen manejo en su relación con la vida social		<ul style="list-style-type: none">✓ Reglamentos en cuanto a juzgamiento deportivo: Baloncesto Voleibol Futbol de salón✓ Arbitraje/Señalización✓ Planillaje✓ Sistemas de eliminación✓ Tablas de clasificación deportiva✓ Organización y ejecución juegos intra muros			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Reconozco y vivencio la importancia de la actividad físico/motriz en el desarrollo de mi proyecto de vida saludable.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Organizo y ejecuto de una forma		<ul style="list-style-type: none">✓ conceptualización			9h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 23 de 33


adecuada un campeonato o evento deportivo ✓ Selecciono nuevas formas de fortalecimiento físico. ✓ Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización. ✓ Domino la ejecución de las formas fundamentales de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas. ✓ Participo en la planeación de los juegos de fase intra mural de la institución estableciendo acuerdo para su desarrollo	✓ Escuelas de formación ✓ Juegos supérate Intercolegiados ✓ Organización, planeación y ejecución de un evento deportivo ✓ Participación y planeación de los juegos de fase intra mural de la institución institucionales ✓ Secciones específicas de entrenamiento físico.	
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Practico valores como la cooperación, solidaridad, tolerancia y respeto durante la práctica de las expresiones motrices que me permitan convivir con mis semejantes		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
✓ Identifico la coordinación, el equilibrio y el ajuste postural como elementos esenciales en el aprendizaje de las manifestaciones y expresiones motrices que me permiten desempeñarme óptimamente en la vida diaria.	✓ Postura corporal ✓ Formación por escuadrones ✓ Orden cerrado ✓ Esquema coreográfico ✓ Participación en desfiles ✓ Banda marcial	5h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Decimo	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Afianzo y fortalezcó mis valores culturales a través de la vivencia de actividades propias de la región					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Participo activamente de las actividades culturales programadas, como el día del folclor e izadas de bandera. ✓ Practico juegos tradicionales que me permiten valorar la cultura. ✓ Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos		✓ Día del folclor ✓ Protocolo izadas de bandera ✓ Respeto por los símbolos patrios ✓ Interpretación de los himnos ✓ Danza folclórica ✓ Juego tradicionales			7h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 24 de 33


y acompañamientos musicales.		
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Conozco las normas básicas y aplico los fundamentos técnicos del deporte individual o colectivo del fútbol y baloncesto		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practico de los diferentes deportes individuales y de conjunto teniendo en cuenta su fundamentación técnico/ táctica 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fútbol: Táctica fija, habilidad y control con el balón, reglas de juego, principios defensivos y principios ofensivos. ✓ Baloncesto: Perfeccionamiento de la fundamentación para el deporte, reglas de juego, fundamentos técnico/tácticos 	7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Conozco las normas básicas y aplico los fundamentos técnicos del deporte individual o colectivo del atletismo y Voleibol		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practico de los diferentes deportes individuales y de conjunto teniendo en cuenta su fundamentación técnico/ táctica 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Voleibol: Fundamentación técnico/ táctica, táctica ofensiva, táctica defensiva, reglas de juego, coordinación viso/ pedica ✓ Atletismo: Trabajos individuales y de grupo mediante circuitos físicos. 	6h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Decimo	PERIODO	Tercero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Conozco las normas básicas y aplico los fundamentos técnicos del juego individual o colectivo del tenis de campo y Ultimate					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Practico de los diferentes deportes individuales y de conjunto teniendo en cuenta su fundamentación técnico/ táctica ✓ Fomento la responsabilidad y la cooperación en la práctica de juegos y deportes 		<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tenis de campo: Coordinación dinámica general, locomoción, coordinación viso/ pedica por extensión. ✓ Ultimate: juego en equipo, tipos de agarre, técnicas de lanzamiento, recepción y pases, fundamentos 			6h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 25 de 33

	defensivos	
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Aplico para mi vida cotidiana tácticas que generen una cultura física y hábitos saludables.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ mejoro mis destrezas motoras según la naturaleza propia de mi entorno laboral y social. ✓ Reconozco y valoro la importancia de la cultura física dentro de mi labor diaria. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cultura física en el medio laboral ✓ Sesiones para trabajar pausas activas en el entorno laboral y social ✓ Elementos: locomoción, higiene personal, reconocimiento del cuerpo, determinación de habilidades, motricidad. 	7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplico normas de salud ocupacional y seguridad industrial a cada una de mis actividades cotidianas en pro de mi excelente desarrollo psicomotriz ✓ Defino con precisión y autonomía mi proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Concepto de salud ocupacional ✓ normas de salud ocupacional ✓ proyecto personal de actividad física, salud y calidad de vida 	7h


ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Decimo	PERIODO	Cuarto
COMPEENCIA ESPECIFICA 1					
Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa de aprovechamiento de mi tiempo libre					
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.			
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hago parte de la construcción de festivales y rondas con los estudiantes de la institución ✓ Establezco con los compañeros indicadores que demuestren las manifestaciones y hábitos del sujeto 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conceptualización de recreación ✓ Tipos de grupos ✓ Rondas jugadas ✓ Rondas cantadas ✓ Dinámicas ✓ Propuesta escrita de festival recreativo 	7h			

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 26 de 33


y los grupos ✓ Comprendo la importancia de construir en colectivos elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual pertenezco		
COMPETENCIA ESPECIFICA 2		
Valoro el tiempo de ocio para mi formación y tomo el juego como una alternativa de aprovechamiento de mi tiempo libre		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
✓ Comprendo la importancia de construir en colectivos elementos que hacen parte del bienestar de la institución y de la sociedad a la cual pertenezco	✓ Materialización y ejecución del proyecto de recreación para estudiantes de primaria ✓ Trabajo de campo por grupos	6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Me desenvuelvo efectivamente en la práctica deportiva aplicando todos los elementos adquiridos durante las clases anteriores.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
✓ Vivencio la práctica de los diferentes deportes trabajados y comparto dicha actividad con mis compañeros. ✓ Utilizo mi capacidad creativa y la de mis compañeros para inventar diferentes rondas y dinámicas para desarrollar en clase.	✓ Práctica deportiva: deporte competitivo ✓ Deporte alternativo ✓ Deporte recreativo ✓ Actividades al aire libre ✓ Rondas ✓ Dinámicas de grupo	7h

JUSTIFICACION

Proyectar la formación de seres humanos autónomos útiles a la sociedad, con conocimientos, habilidades y destrezas cognitivas y físicas, capaces de establecer y promover estilos de vida saludable, aprovechar y conservar los recursos físicos y naturales del medio, comprender el desarrollo físico del ser humano, fomentar procesos de iniciación y desarrollo deportivo en el contexto social y así contribuir a generar una mejor calidad de vida.


	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 27 de 33

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Once	PERIODO	PRIMERO
	COMPETENCIA ESPECIFICA 1				
Valora la importancia que tienen los primeros auxilios para el bienestar del ser humano y los aplica con responsabilidad.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Conoce perfectamente el desarrollo físico, y social del ser humano.✓ Respeta y valora las actividades físicas orientadas y desarrolladas por el docente.✓ Desarrolla de manera responsable las actividades programadas en la unidad		<ul style="list-style-type: none">✓ Caracterización del estudiante.✓ Características del estudiante en su desarrollo social.✓ Características del estudiante en su desarrollo físico.✓ Características del estudiante en su desarrollo de la condición física.✓ Conceptualización sobre primeros auxilios✓ Capacitación sobre primeros auxilios			7h
	COMPETENCIA ESPECIFICA 2				
Aplica correctamente los conceptos teóricos prácticos en una organización deportiva					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Integro los elementos técnicos reglamentarios y organizacionales de los deportes, dispuestos a la competencia, como medio de mejoramiento de la salud y fomento del buen manejo en su relación con la vida social.		<ul style="list-style-type: none">✓ Elementos mínimos para tener en cuenta a la hora de organizar eventos de carácter comunitario✓ Organización y Administración deportiva.✓ Logística✓ Estadística de un evento deportivo.			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Emplea los conceptos de organización y administración deportiva al momento de organizar un evento deportivo.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
<ul style="list-style-type: none">✓ Construyo conocimientos sobre mi cuerpo y mis posibilidades de acción(contracción, relajación muscular y posibilidades de movimiento articular) y los aplico a la hora de planear eventos deportivos.		<ul style="list-style-type: none">✓ Pasos para organizar eventos, recreativos, deportivos y culturales✓ organización de eventos recreativos, deportivos y			6h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 28 de 33


✓ Es responsable al momento de organizar y dirigir un evento deportivo realizado en la institución y fuera de ella.	culturales. ✓ Práctica de deportes. ✓ Proyectos ✓ Torneos internos ✓ Torneos institucionales	
---	--	--

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Once	PERIODO	Segundo
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Desarrollo un ajuste postural adecuado teniendo en cuenta los diferentes elementos ofrecidos por el medio.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Identifico la coordinación, el equilibrio y el ajuste postural como elementos esenciales en el aprendizaje de las manifestaciones y expresiones motrices que me permiten desempeñarme óptimamente en la vida diaria.		✓ Postura corporal ✓ Formación por escuadrones ✓ Orden cerrado ✓ Esquema coreográfico ✓ Participación en desfiles ✓ Banda marcial			6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Participo en actividades competitivas teniendo en cuenta mis posibilidades físico / motrices así como los valores institucionales y el respeto por la diferencia.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Selecciono nuevas formas de fortalecimiento físico. ✓ Afianzo a través de los juegos y actividades físicas el ajuste postural en interacción con otras personas. ✓ Comprendo las características del juego y las pongo en práctica para su realización. ✓ Domino la ejecución de las formas fundamentales de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.		✓ conceptualización ✓ Escuelas de formación ✓ Juegos supérate Intercolegiados ✓ Participación en juegos intra murales institucionales ✓ Practica de los diferentes deportes individuales y de conjunto ✓ Secciones específicas de entrenamiento físico.			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3					
Participo y apoyo los programas de educación física, recreación y deporte que se promueven en mi comunidad educativa					

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 29 de 33


ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Respeto las prácticas deportivas y recreativas de los demás y cuido los espacio de mi comunidad educativa ✓ Elaboro y propongo a mi comunidad proyectos de actividad física, ocio, tiempo libre y salud usando todos los elementos adquiridos con mi proceso educativo ✓ Organizo y Ejecuto de una forma adecuada un campeonato o evento deportivo 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Trabajo comunitario en pro de la práctica deportiva. ✓ Expresiones motrices deportivas: Modalidades deportivas, baloncesto, voleibol, futbol. ✓ Expresiones motrices recreativas: Juegos y su clasificación ✓ Expresiones motrices artísticas: Actividades al aire libre relacionadas con danza, pintura y teatro 	7h

ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Once	PERIODO	Tercero
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional.					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Suscito la interacción consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social relacionados con la ética, con el fin de lograr una formación integral que se vea reflejada en mi cotidianidad.		✓ Conceptualización de cultura física. ✓ Beneficios de la cultura física. ✓ Actividad física, recreación y deporte. ✓ Nutrición. ✓ Salud. ✓ Conceptualización de pausa activa. ✓ Beneficios de las pausas activas. ✓ Trabajo comunitario con pausas activas			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Utilizo el deporte la educación física y la recreación como medios para el cuidado de mi salud y la adquisición de diferentes valores					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Comprendo que la educación física, la recreación y el deporte nos permiten intercambio cultural en los ámbitos regional, nacional e		✓ Danza folclórica nacional ✓ Danza folclórica internacional ✓ Nutrición del deportista ✓ La disciplina en el deporte			6h

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 30 de 33

<ul style="list-style-type: none"> ✓ internacional ✓ Utilizo los aprendizajes adquiridos en el área de educación física para tomar decisiones sobre la construcción, cuidado y mejora de mi salud, bienestar acorde a mis intereses y necesidades 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ejercicios para mantener una buena condición física ✓ La vida laboral y la actividad física 	
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Construyo individual y colectivamente composiciones expresivo comunicativos de manera segura y colaborativa, reconociendo y valorando el aporte cultural de diversas manifestaciones expresivas consideradas propias de la riqueza nacional		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participo activamente de las actividades culturales programadas, como el día del folclor e izadas de bandera. ✓ Practico juegos tradicionales que me permiten valorar la cultura. ✓ Propongo y ejecuto esquemas motrices a través de diferentes ritmos y acompañamientos musicales. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Día del folclor ✓ Protocolo izadas de bandera ✓ Respeto por los símbolos patrios ✓ Interpretación de los himnos ✓ Danza folclórica ✓ Juego tradicionales 	7h


ASIGNATURA	Educación Física	GRADO	Once	PERIODO	Cuarto
COMPETENCIA ESPECIFICA 1					
Promuevo el desarrollo de actividades físicas que posibiliten un desempeño laboral seguro y eficaz, un estilo de vida saludable y el mejoramiento de la calidad de vida					
ESTANDARES		CONTENIDOS			T. P.
✓ Selecciono los ejercicios físicos adecuados para la práctica deportiva y el mantenimiento físico		✓ Técnicas de rendimiento físico ✓ Antropometría del deporte ✓ Pausas activas de acuerdo con la actividad laboral ✓ Técnicas para tomas datos			7h
COMPETENCIA ESPECIFICA 2					
Desarrollo destreza a la hora de practicar hábitos físicos y de cultura deportiva saludable					

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 31 de 33

ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
✓ Practico hábitos saludables para un buen desempeño físico	✓ Gimnasia pasiva y laboral ✓ Nutrición ✓ Normas de higiene personal y seguridad laboral	6h
COMPETENCIA ESPECIFICA 3		
Me desenvuelvo eficazmente en la práctica deportiva aplicando todos los elementos adquiridos durante mi proceso formativo.		
ESTANDARES	CONTENIDOS	T. P.
✓ Vivencio la práctica de los diferentes deportes trabajados y comparto dicha actividad con mis compañeros. ✓ Utilizo mi capacidad creativa y la de mis compañeros para inventar diferentes rondas y dinámicas para desarrollar en clase.	✓ Práctica deportiva: deporte competitivo ✓ Deporte alternativo ✓ Deporte recreativo ✓ Actividades al aire libre ✓ Rondas ✓ Dinámicas de grupo	7h


EVALUACIÓN					
HETEROEVALUACIÓN		COEVALUACIÓN		AUTOEVALUACIÓN	
CONCEPTO	%	CONCEPTO	%	CONCEPTO	%
Es la evaluación realizada por una persona, generalmente del docente al estudiante. En educación física el profesor deberá evaluar no solo los niveles de destreza de los estudiantes, sino las potencialidades del sujeto.	80	Corresponde a la evaluación realizada por grupos de personas sobre una actividad, desempeño o productos de uno de sus miembros (Camacho, Castillo y Monje, 2007). Permite la participación de los Pares educativos en los procesos de aprendizaje.	10	Es la valoración que hace cada individuo sobre su actitud y su propio desempeño en clase, a partir de sus conocimientos y las particularidades de las tareas motrices. (Camacho, Castillo y Monje, 2007).	10

PEDAGOGÍA	METODOLOGÍA	DIDÁCTICA
La educación es un proceso cambiante que se ajusta a las dinámicas sociales.	La educación física adquiere unas particularidades que la diferencian de otras disciplinas del saber y que a su vez establecen unos modos	Desde los aportes de Jean Piaget hasta otros teóricos contemporáneos se ha

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 32 de 33

<p>No hay concepto de educación que con el tiempo permanezca.</p> <p>Establecemos esta afirmación para reconocer que la educación física también está mediada por esas dinámicas, además de otras connotaciones de carácter teórico y epistemológico.</p> <p>Desde esa última consideración, en atención a los aportes y conceptos de otras disciplinas como antropología, psicología, biología, sociología y la misma pedagogía (saber fundante) se observan diferentes acepciones y prácticas alrededor de la educación física (Uribe, 2007)</p>	<p>particulares en su configuración teórico-práctica.</p> <p>El cuerpo y la motricidad, en su sentido más amplio, determinan un abordaje diferente desde los procesos de enseñanza- aprendizaje y en correspondencia al sujeto que se pretende formar.</p> <p>Si las teorías educativas dan cuenta de la complejidad del ser humano, en razón del reconocimiento de su singularidad biológica y cultural, entonces la pedagogía deberá hacer su reflexión desde esa misma complejidad manifiesta.(Morín 1999)</p>	<p>reconocido la importancia de una formación que incluya la corporalidad como ámbito fundamental para el adecuado desarrollo de los sujetos.</p>
--	---	---

BIBLIOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>BALLESTEROS, José Manuel. (1985) Manual didáctico de atletismo. Buenos Aires. Edit. Kapeluz.</i> ➤ <i>CAMACHO, Hipólito. (1997) Alternativa curricular de la educación física para secundaria. Universidad, Sec. de Educ.</i> ➤ <i>Contreras, O. (1998). Didáctica de la Educación Física: un enfoque constructivista. Barcelona: INDE Publicaciones.</i> ➤ <i>GIRADLES, Mariano. (1997) Didáctica de la educación física. Buenos Aires: Fáceta.</i> ➤ <i>LÓPEZ DE VIÑASPRE, Pablo. (2002) Manual de Educación Física y Deportes. Barcelona España. dit. Océano.</i> ➤ <i>Gómez, M. (2013). Estructura y dinámicas de las Mesas de Educación Física de Medellín en relación con los procesos de formación permanente de maestros.</i>

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN BOLÍVAR - LENGUAZAQUE	CODIGO: SB201701
	PROCESO ACADÉMICO	VERSIÓN 1
	SYLLABUS	Página 33 de 33

- *López, V. (2000). Buscando una evaluación formativa en educación física.*
- *Ministerio de Educación Nacional. (2002). Lineamientos curriculares de Educación Física, Deporte y Recreación. Bogotá: MEN.*
- *MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA. España. (1992) Materiales didácticos: Educación física bachillerato. Madrid*