



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES

INTEGRANTES

Esp. Angela Maria Aguirre Londoño
Esp. Rosalia Dussan Gordillo
Esp. Giovanni Hernández Osorio
Mag. Adrián Hernando Castillo Padilla

Armenia -Quindío
Enero de 2024

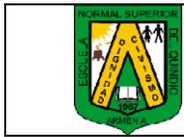


ESCUELA
NORMAL SUPERIOR
DEL QUINDÍO



Tabla de Contenido

Tabla de Contenido	2
INTRODUCCIÓN	4
MARCO TEÓRICO	9
OBJETIVOS	12
OBJETIVOS INSTITUCIONALES:	12
OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:	13
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	13
TRANSICIÓN	13
BÁSICA PRIMARIA	14
BÁSICA SECUNDARIA	15
EDUCACIÓN MEDIA	15
PROGRAMA DE FORMACIÓN COMPLEMENTARIA	17
Estándares y competencias básicas del área.	19
ESTÁNDARES GRADO 1° A 3°	19
ESTÁNDARES GRADO 4 A 5°	20
ESTÁNDARES GRADO 6° - 7°- 8°- 9°	20
ESTÁNDARES GRADO 10° A 11°	21
Metodología	22
RECURSOS	26



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	27
AUTOEVALUACIÓN DEL ÁREA Y PLAN DE MEJORAMIENTO	28
TRANSVERSALIDAD	29
BIBLIOGRAFÍA	30



INTRODUCCIÓN

La educación física se refiere al estudio de las conductas motrices susceptibles de poseer contenido educativo, es decir, se aprovecha el contenido de las actividades físicas para educar, se busca, en definitiva, el desarrollo integral del individuo. Igualmente, la didáctica específica de la educación física y el deporte debe estar adaptada al desarrollo de una actividad de enseñanza, en la que el movimiento corporal como seres vivos proactivos, el estado físico y el cuidado de la salud constituyen estos enfoques a los contenidos propios del área. Así la educación física tiene la peculiaridad de que opera a través del movimiento, por lo tanto, se trata de la educación de lo físico por medio de la motricidad.

Para ello, hay que entender el movimiento no como una simple movilidad mecánica de los segmentos corporales, sino como la expresión de las percepciones y sentimientos, de tal manera que el movimiento consciente y voluntario constituyen a un aspecto significativo de la conducta humana. Precisamente la educación física se ocupa de sistematizar dichas conductas motrices para conseguir objetivos educativos y el desarrollo físico y mental apropiado para cada ser.

AVANCES EN LA EDUCACIÓN FÍSICA

La práctica de las actividades físico-deportivas ha sido y sigue siendo una de las constantes del comportamiento humano. La manifestación cultural de la actividad física se ha producido de diferentes formas en función de las necesidades sociales y los objetivos planteados en cada civilización y período histórico. Así se ha visto como actividad utilitaria que posibilita la supervivencia como preparación para la guerra, como medio de invocación religiosa, como juego o actividad recreativa y de ocio, como método de educación física en beneficio de la salud o como deporte- espectáculo y de competición. En la actualidad para poder entender el concepto de educación física es conveniente conocer la influencia que las distintas



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

civilizaciones han ejercido sobre ella a lo largo de los siglos. Cada cultura dependiendo de su objetivo, ha establecido un modelo de educación física diferenciado que en muchas ocasiones aún perdura.

En la Antigua Grecia surgió una nueva concepción del hombre y la educación física se convirtió en una obligación moral destinada a la formación integral (belleza corporal y equilibrio mental) del individuo. En Roma tanto en la época republicana como en la imperial, se rechazó la concepción integral de la educación física, limitándose a una gimnasia higiénica y de salud en las termas y las palestras; la preparación física tan solo formaba parte del entrenamiento de los soldados a partir de los 14 años, se cultivaba el pragmatismo y se desechaba la belleza, la técnica y el placer deportivo.

Una vez desaparecida la gimnasia higiénica, el único atisbo de preparación física intensa durante todo el período medieval fue la llevada a cabo por el caballero feudal, encaminada hacia la guerra, los torneos y las justas. La crisis por la cual atravesó la educación física en el largo período que va del siglo VI al XIV se debió fundamentalmente a la espiritualidad impuesta por la iglesia que buscaba ante todo la salud (o salvación) del alma, condenaba el orgullo de la vida terrenal y menospreciaba toda actividad físico-deportiva.

La actividad física en la América Precolombina dada en las culturas mesoamericanas (olmecas, mayas, aztecas y otras), los juegos de pelota con sus distintas variantes adquirieron una gran competencia social e incluso formaban parte de ceremonias rituales más amplias. Para el renacimiento y humanismo la educación física volvió a ser apreciada desde el siglo XVI en la cual la actividad física estuvo orientada básicamente hacia la vertiente higiénica y de la salud en detrimento de la formación de los atletas.

La educación física moderna tiene sus bases a partir del siglo XVIII donde aparecieron numerosos filósofos, pedagogos y pensadores que sentaron estas bases e influyeron en las escuelas y sistemas posteriores. Jean Jacques Rousseau (1712-1778) es considerado el precursor de la pedagogía contemporánea donde la educación física adquirió gran relevancia a



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

través de un método de aprendizaje inductivo (a mayor actividad física, mayor aprendizaje); también prestó gran atención a la psicología evolutiva y al respeto de las leyes naturales del desarrollo del niño, principios muy valorados en la actualidad. En opinión de Rousseau el niño hasta los 12 años de edad, debía realizar ejercicios de educación sensorial: equilibrios, habilidades manuales, orientación y otros. Este célebre pensador de origen suizo influyó de manera decisiva sobre una serie de filósofos y pedagogos (tanto coetáneos como posteriores) entre los cuales se debe citar a Basedow, Kant, Pestalozzi y Amorós.

En esta era moderna se dan a conocer los diferentes métodos sistemáticos de la educación física a través de las escuelas como la alemana, los sistemas analíticos de la gimnasia sueca, los sistemas naturales (Siglo XIX – XX); el movimiento deportivo (1775-1842) que se produjo en Gran Bretaña introdujo el deporte en los centros educativos donde se buscaron los valores positivos y formativos del deporte, estableciéndose una estrecha relación entre el profesor y el estudiante. El auge experimentado por el deporte durante el siglo XIX, propiciado también por la iniciativa de Pierre de Coubertain (1863–1937), quien restauró los juegos olímpicos y defendió la práctica deportiva en el marco escolar y su decisiva importancia en la sociedad del siglo XX, lo han consolidado en un bloque fundamental de los contenidos de la educación física.

Las escuelas, los sistemas y los movimientos han evolucionado y han dado paso a la educación física del siglo XXI, que tiene como principal característica su consolidada inclusión en los programas educativos de todo el mundo como elemento fundamental para una educación integral. Dado que la educación física es ante todo educación, en el nuevo milenio colabora en la formación de una persona íntegra, procura su desarrollo sicomotor y fomenta la calidad de vida a través del ejercicio físico y la práctica deportiva; prepara al ser humano para las exigencias que le depara la sociedad y desarrolla su creatividad y su personalidad. Gracias a la educación física actual, democrática e integradora, las actividades físico-deportivas se convertirán en una forma de ser.



Desde la praxeología motriz como competencia principal de la educación física recreación y deporte se hace evidente la importancia de la acción físico humana como un proceso educativo que, utilizando el movimiento en forma sistemática e intencional, compromete al ser en su totalidad, posibilitando lograr adaptaciones inteligentes al medio y un desempeño eficaz y eficiente de la vida. En consecuencia, las actividades físicas actúan sobre las áreas biológicas, cognoscitivas y socio – afectivas de los seres humanos.

EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE Y EDUCACIÓN FÍSICA ESPECIAL: como todas las ramas del saber humano, la educación física ha sufrido una serie de transformaciones que han generado la reinterpretación de sus principios, medios y objetivos. En su origen, esta disciplina se consideraba como recurso para alcanzar gran fortaleza física e hipertrofia muscular; posteriormente se le dio un enfoque higiénico, pues su finalidad primordial consistía en preservar un estado de salud adecuado; así mismo, en diferentes momentos históricos, esta asignatura se estimó como medio para la canalización de los instintos; como agente de diversión o simple entretenimiento.

Actualmente, gracias al progreso de la docencia, de la administración y de la investigación en la rama, la educación física ha venido afirmando el sitio que por antonomasia le corresponde dentro de la escala de valores humanos. De recurso para lograr aisladamente fortalezas físicas, catarsis, salud, forma corporal estética (propósitos que de manera global y equilibrada aún se pretenden), la educación física gradualmente se ha consolidado en una materia de notable importancia en el campo pedagógico y social, a tal grado que sus medios y radio de acción se han multiplicado y enriquecido sensiblemente, generando una necesaria clasificación: educación física de base y educación física especial.

La primera pretende, fundamentalmente estimular y preservar el desarrollo integral de las personas, escolarmente comprende a los estudiantes de educación preescolar, básica primaria, manejando actividades psicomotoras, físico-deportivas y recreativas de influencia multilateral, con fines higiénicos, de interacción socio-cultural, desarrollo físico y motor, expresión corporal, recreación y experiencia lúdica de eficiencia física y recreativa. La segunda tiene por objeto central el



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

desarrollo específico de ciertas habilidades que fortalezcan alguna función especial en el ciclo de media académica como lo es el uso constructivo del tiempo libre, la formación en juzgamiento, elaboración de proyectos y la realización técnica; la compensación a los efectos del sedentarismo, la utilización de sustancias prohibidas (anabólicos, esteroides), sus consecuencias a la rehabilitación deportiva, la excelencia laboral.

En este orden, resulta evidente que la educación física de base naturalmente precede a la especial, puesto que es necesario que el individuo alcance y afirme primero un desarrollo psicomotor amplio y multifacético; que en el futuro pueda recibir los beneficios de un trabajo específico.

En el campo de la preparación deportiva para el alto rendimiento ámbito de la educación física especial, conviene tener en cuenta que el proceso debe materializarse evitando la unilateralidad en la evolución ya que de lo contrario las prácticas serán antagónicas al principio pedagógico fundamental de las actividades físico-deportivas (el cual postula un desarrollo integral y armonioso en el ser humano, como uno de los valores de mayor importancia).

En la búsqueda de mejorar el INDICE SINTETICO DE CALIDAD, evaluado por el Ministerio de Educación Nacional, es importante desde el quehacer pedagógico del área de Educación Física de Base y Educación Física Especial, hacer aportes y transversalidad de enseñanzas con las áreas evaluadas en la prueba SABER, matemáticas, español, competencias ciudadanas, ciencias naturales y ciencias sociales, teniendo como referencia los DBA (deberes básicos de aprendizaje).



MARCO TEÓRICO

Para el área de Educación física a través de la historia de Colombia y de las corrientes pedagógicas adoptadas en su momento se han hecho grandes esfuerzos en dar unos lineamientos a seguir en el área, tal es el caso de la Misión Pedagógica Alemana 1977 tomo I grados 1-2-3, tomo II grados 4-5, luego los Programas Curriculares en 1985 después la resolución 2343 de 1996 y los Lineamientos Curriculares para áreas obligatorias y fundamentales Educación Física , Recreación y Deportes en el año 2000 y para el año 2010 Orientaciones Pedagógicas para el Área de Educación Física, Recreación y Deportes por otra parte investigadores y académicos con sus publicaciones han hecho grandes aportes demostrando que la planeación curricular en la educación física de base debe atender a unos fundamentos teóricos, filosóficos, psicológicos, sociológicos y su relación pedagógica- didáctica ,deben dar origen a unos parámetros o lineamientos con relación a las corrientes pedagógicas contemporáneas y desde las teorías de la neurociencia, psicológicas , psicopedagógicas que integran el cuerpo, el movimiento y el medio a la acción educativa reconociendo la influencia de la mediación corporal en el desarrollo neuropsicológico del niño; evitando la diversidad de criterios y favoreciendo la concreción para dar origen a unos posibles estándares y competencias según la edad y etapa de desarrollo de los niños, es así que con la recopilación de esta información pretendemos dar unas luces frente a la construcción de un currículo para la Educación Física con innovaciones educativas, la renovación y flexibilidad curricular como también la creatividad, cobran particular importancia dentro de las actividades de cada una de las áreas de un currículo y la educación psicomotriz (educación física recreación y deportes) como área de formación, no puede estar ajena a estos eventos.

De acuerdo con las Orientaciones Pedagógicas para el Área de Educación Física, Recreación y Deportes presentadas por el MEN en el año 2010:



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

“La Educación Física, Recreación y Deporte puede ser considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en que tiene gran acogida en la población estudiantil como área fundamental del currículo y su importancia viene creciendo para la comunidad educativa en general. Al área de Educación Física, Recreación y Deporte corresponde la formación de estudiantes competentes para vivir humanamente, teniendo como referente las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego. En esta concepción formativa, lo corporal es la condición de posibilidad de ser, estar y actuar en el mundo. La actuación humana en el mundo, mediada por lo corporal, implica ser competente en lo *motriz*, en procesos de adaptación y transformación; en lo *expresivo*, en procesos de autocontrol y comunicación; y en lo *axiológico*, para el cuidado y la preservación de las condiciones vitales del individuo, en concordancia con el entorno social y natural. Desde esta perspectiva, el desarrollo de competencias supone realizar prácticas físicas, deportivas, gimnásticas, expresivas o atléticas, como medios para alcanzar fines educativos. El posicionamiento paulatino de la Educación Física, Recreación y Deporte como área fundamental en la educación básica y media, permiten llenar un vacío en los planes de estudio y abrir perspectivas positivas para el desarrollo y la articulación de las distintas tendencias en este campo del saber. Un complejo proceso fundamentado conceptual, pedagógica y didácticamente en desarrollo de las competencias específicas y básicas, y en las dimensiones antropológicas del cuerpo, el movimiento y el juego, entendidas como formas de ser, estar y actuar en el mundo.

De acuerdo con este marco teórico, corresponde al área de Educación Física, Recreación y Deporte promover no solamente el desarrollo motriz, sino también el cuidado de sí mismo, la relación con los otros y con el entorno, de tal manera que en virtud de su práctica se amplíe la conciencia de la acción humana. Esta perspectiva exige un replanteamiento didáctico que prioriza la intención formativa de estructurar métodos, procedimientos y modos de enseñanza y evaluación, que permitan alcanzar grados óptimos de desempeño en las competencias básicas y específicas, en cualquier contexto y con los múltiples medios propios de la diversidad del país. Abordar el área de Educación Física, Recreación y Deporte, desde esta perspectiva



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

pedagógica, facilita comprender por qué en la enseñanza y el aprendizaje no es suficiente la adquisición de destrezas o el perfeccionamiento de nuevas formas de movimiento, sino que se requiere integrar a la formación del estudiante diversos conocimientos que lo hagan competente para actuar de manera apropiada y flexible en contextos variados y cambiantes”. En este contexto, el Ministerio de Educación Nacional presenta las *Orientaciones pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte*, documento que constituye un referente fundamental para la enseñanza de una disciplina, cuyo objeto de estudio es la disposición del cuerpo humano para adoptar posturas y ejercer movimientos que favorecen su crecimiento y mejoran su condición física. Al promover el desarrollo de las competencias motriz, expresiva y axiológica a través de acciones motrices, el trabajo en el área de Educación Física, Recreación y Deporte propicia que el estudiante enriquezca su pensamiento, su sensibilidad, su expresión y su actividad lúdica, contribuyendo también al desarrollo de sus competencias básicas, en la medida en que le permite fortalecerse; controlar sus emociones ante el éxito y el fracaso; coordinar acciones para lograr ciertos objetivos; manejar dinámicamente el tiempo y el espacio; asumir situaciones que exigen grandes esfuerzos; y resolver problemas rápidamente. Se expone las grandes metas de formación en el área, entre las que se destacan promover la formación personal desde la realidad corporal, aportar al enriquecimiento de la cultura ciudadana para la convivencia y la paz, así como desarrollar una educación ecológica e incluyente. Además, ofrece una aproximación histórica y conceptual a la noción de “competencia” en el campo de la educación y define las competencias específicas del área, la motriz, la expresiva corporal y la axiológica, mostrando cómo éstas facilitan la consolidación de las competencias comunicativas, matemáticas, científicas y ciudadanas. Finalmente, el documento señala una serie de estrategias didácticas para renovar la formación tradicional en el área, junto con los «indicadores y desempeños» que han de ser considerados para diseñar el plan de estudios de cada institución.



OBJETIVOS

OBJETIVOS INSTITUCIONALES:

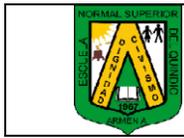
Desarrollar capacidades cognitivas en los estudiantes por medio del estudio de las diferentes teorías de la cognición, del desarrollo del pensamiento, de la pedagogía y la didáctica conducente a la formación de un maestro que responda a las exigencias del medio interpretando en él los adelantos contemporáneos en beneficio del ser humano y su comunidad.

- Planear, organizar y participar en foros educativos y encuentros pedagógicos, culturales, artísticos, deportivos, cívicos, ambientales, científicos y sociales a nivel institucional, municipal y departamental en aras de una enseñanza y aprendizaje de calidad.
- Cultivar valores tales como la disciplina, el orden, la responsabilidad, el sentido de pertenencia, la solidaridad y el amor por el estudio y la investigación, cualidades propias del maestro ciudadano que formamos, para que su propuesta contribuya al mejoramiento de la calidad de vida del grupo social en el que actúa.
- Desarrollar el razonamiento analítico y crítico con sentido creativo y dentro de los parámetros de una libertad racionalizada y con enfoque de cambio, para beneficio social.
- Promover las acciones normalistas a la comunidad, específicamente los proyectos pedagógicos y la práctica docente, como estrategia para la solución de las dificultades en forma comunitaria.

	ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO	Código: GA-01- 01
		Fecha: ENERO DE 2022
		Versión. 002
	PLAN DE ÁREA	Página

- Impulsar en estudiantes y docentes el estudio de los clásicos de la pedagogía, la reflexión y discusión crítica de los mismos para perfeccionar su quehacer docente que redunde en la calidad de los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- Fortalecer simultáneamente, el razonamiento lógico matemático y las competencias comunicativas, permitiendo al mismo tiempo el desarrollo de otras inteligencias como posibles potenciales del estudiante, para privilegiar la construcción y el desarrollo de los proyectos de vida.
- Valorar significativamente el rol y status del docente como un profesional de la educación y como miembro de un grupo humano y social, de tal manera que pueda constituirse en líder y protagonista de” el” mismo, en el cual sea promotor y gestor de desarrollo humano y comunitario.

OBJETIVO GENERAL DEL ÁREA:



Mejorar, por medio de la práctica de actividades físicas dirigidas, la capacidad motora básica para el desarrollo de procesos de crecimiento físico, conocimientos, personalidad e interacciones sociales, así como potencializar aptitudes, habilidades y destrezas del estudiante para su mejor desempeño en su vida familiar y social.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

TRANSICIÓN

- Orientar el desarrollo psicomotor del niño de manera acorde con las etapas evolutivas correspondientes y en forma integrada con las demás áreas.
- Contribuir al desarrollo cognoscitivo y socio-afectivo del niño a través del movimiento humano.
- Iniciar el aprendizaje de destrezas motoras de mediana complejidad, resolviendo problemas perceptivos–motores sencillos en las destrezas gimnásticas y atléticas.
- Adquirir la confianza y la seguridad necesaria para enfrentar individual y colectivamente, tareas motoras muy diferentes de la cotidianidad.

BÁSICA PRIMARIA

- Favorecer la consecución de una motricidad rítmica y grácil, así como el desarrollo de las cualidades motoras: flexibilidad, resistencia, fuerza y velocidad.



- Estimular los elementos que intervienen en el desarrollo psicomotor: esquema corporal, lateralidad, noción espacio-temporal y coordinación motriz.
- Regular y dosificar el esfuerzo, llegando a un nivel de auto-exigencia acorde con las posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental de valoración dicho esfuerzo y no el resultado obtenido.
- Adoptar hábitos de higiene, de alimentación, de posturas y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto a los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud.
- Participar en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por características personales, sexuales y sociales, así como los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en actividades competitivas.
- Utilizar los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar sensaciones, ideas y estados de ánimo y comprender mensajes expresados de este modo.
- Conocer y valorar la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos en que se desarrollan, participando en su conservación y mejora.

BÁSICA SECUNDARIA

- Procurar un amplio y proporcionado desarrollo corporal, una motricidad eficiente y estética, así como un adecuado índice de aptitud física.



- Estimular en el adolescente una afectividad en el sentido de lo agradable, ayudando a contrarrestar los efectos desfavorables de la emotividad en este período.
- Consolidar el aprendizaje de destrezas deportivo-motoras y propiciar su aplicación.
- Favorecer la incorporación de valores morales como la justicia, la veracidad y la lealtad, que permitan la integración de una axiología que oriente la conducta en este sentido.
- Brindar opciones útiles y atractivas para la adecuada utilización del tiempo libre.
- Contribuir en el desarrollo y en la preservación de un estado general de salud.
- Coadyuvar en el proceso de socialización del adolescente, enriqueciendo su interacción con base en nuevas relaciones y favoreciendo la pertenencia a grupos de sus iguales.

EDUCACIÓN MEDIA

- Conocer los mecanismos fisiológicos de adaptación a la práctica sistemática de las actividades físicas, valorando ésta como un elemento que favorece su desarrollo personal y facilita la mejora de la salud y calidad de vida.
- Evaluar las necesidades personales, respecto a su condición física y perfeccionamiento de las habilidades y planificar su mejora y mantenimiento por medio de aquellas actividades físicas que contribuyan a satisfacerlas y constituyan un medio para el disfrute activo del tiempo de ocio.
- Participar con independencia del nivel de habilidad alcanzado en actividades físicas y deportivas, cooperando en las tareas de equipo, respetando y valorando los aspectos de relación que tienen estas actividades.

	ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO	Código: GA-01- 01
		Fecha: ENERO DE 2022
		Versión. 002
	PLAN DE ÁREA	Página

- Adoptar una actitud crítica ante las prácticas que tienen efectos negativos para la salud individual y colectiva, respetando el medio ambiente y realizando aportaciones personales que favorezcan su conservación y mejora.
- Utilizar y valorar la riqueza expresiva del cuerpo y el movimiento en diversas manifestaciones artísticas y culturales, como medio de comunicación y expresión creativa, apreciando criterios estéticos, personales y culturales.
- Reconocer y valorar como un rasgo cultural propio las actividades físico-deportivas habituales en su comunidad, participando en la construcción social y cultural que suponen estas actividades y propiciando el uso adecuado y disfrute de los servicios públicos destinados a este fin.
- Incrementar sus posibilidades de rendimiento mediante el desarrollo de sus capacidades físicas y el perfeccionamiento de sus habilidades, como expresión de la mejora de la salud y de la eficiencia motriz, adoptando una actitud de responsabilidad en la auto-exigencia y la autonomía en el proceso del propio desarrollo motor.

PROGRAMA DE FORMACIÓN COMPLEMENTARIA

DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA II SEMESTRE

- Reconocer y establecer que los fundamentos teóricos, filosóficos, psicológicos, sociológicos y su relación pedagógica-didáctica deben dan origen a una determinada concepción pedagógica , lo que implica una determinada praxis educativa e interacción constante del orientador , el estudiante y la tarea , desarrollando una didáctica especial direccionada desde la Praxeología motriz esencial en la educación física de Base y determinante en el quehacer pedagógico del estudiante – docente al cualificar su desempeño social.



- Contribuir al desarrollo de habilidades y destrezas necesarias para el manejo de procesos grupales en su rol de líder asertivo en actividades lúdicas demostrando un estado mental activo o predisposición positiva frente a los retos que presentan los nuevos ambientes escolares.
- Establecer desde los lineamientos, orientaciones pedagógicas, estándares, competencias y desempeños del área una construcción curricular y planeación estratégica de la clase de educación física (Contexto-Diagnóstico-conductas de entrada –ejes Problémico –juicios valorativos- concordancia temática y de las actividades de desarrollo psicomotor planteadas) de la clase de educación física de base, en el preescolar y la básica primaria.
- Estimular los procesos de interacción que permitan el desarrollo de la inteligencia intrapersonal e interpersonal de todos los que participen en este proceso. Preparando al Maestro en formación para las exigencias de las nuevas generaciones,
- Valorar la planeación estratégica de la clase de educación física de base como un laboratorio que permite diagnosticar y elaborar planes de mejoramiento continuo que permiten optimizar su desempeño en pro de los aprendizajes escolares.

PROGRAMA DE FORMACION COMPLEMENTARIA PFC III SEMESTRE DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE II

- Restructurar los significados y conocimientos teórico – prácticos de los Maestros en formación en la planeación estratégica de la clase de educación física de base, favoreciendo el desarrollo psicomotriz de los niños y la transversalización de contenidos por medio de la pedagogía de la lúdica.
- Apreciar el valor pedagógico de la clase de educación física de base y su didáctica especial dentro la formación de los futuros Maestros normalistas descubriendo habilidades y destrezas que le permitan la orientación de esta disciplina de manera metódica y constante.

	ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO	Código: GA-01- 01
		Fecha: ENERO DE 2022
		Versión. 002
	PLAN DE ÁREA	Página

- Reconocer la necesidad e importancia de la planeación estratégica de la clase de educación física (Diagnostico– Concordancia eje Problémico, del propósito, concordancia de la evaluación, concordancia temática y coherencia en las actividades) en el nivel de preescolar y la básica primaria.
- Demostrar desde la praxeología motriz que todo acto educativo está determinado por unas concepciones pedagógicas que lo llevan a tener una didáctica especial favoreciendo la incorporación o relación de aprendizajes en la interacción profesor-tarea-estudiante
- Realizar prácticas donde los conocimientos teóricos- prácticos esenciales de la Educación Física son aplicados en el desarrollo planificado y programado de la clase de Educación Física, en el preescolar como en la básica primaria, vinculando los contenidos de aprendizaje con la práctica social, logrando estimular en el Maestro en formación la valoración del contexto educativo en el que se desea desempeñar.



Estándares y competencias básicas del área.

ESTÁNDARES GRADO 1° A 3°

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
Adquiero autonomía y confianza para realizar de manera adecuada actividades de mi contexto personal ,familiar y escolar	Me integro de manera activa con niños de mi edad y expreso sentimientos y actitudes de respeto, tolerancia, solidaridad y responsabilidad	Poseo habilidades y destrezas elementales que me permiten el manejo de implementos y herramientas en actividades recreativas y productivas propias de mi edad
Manifiesto por medio de mis movimientos seguridad al desplazarme en un espacio determinado.	Relaciono mi corporalidad con la de mis compañeros y acepto las semejanzas y diferencias	Aplico la coordinación fina y visomotriz en la ejecución de tareas escolares y del hogar.
Me ubico en lugares determinados y establezco adecuadamente relaciones espaciales (arriba, abajo, adelante, atrás, y a los lados).	Controlo las emociones de alegría, tristeza, ira y temor en las relaciones con mis compañeros.	Ejecuto destrezas elementales que ponen a prueba mi equilibrio estático y dinámico. (Saltar en un pie, caminar sobre superficies elevadas, entre otras.)
Reconozco lugares que pueden atentar contra mi integridad física y los evado de manera eficiente.	Organizo juegos infantiles con mis amigos, en diferentes ambientes escolares y familiares.	Aplico los patrones de Manipulación pasar y recibir (estadio inicial) en juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución.
Realizo con facilidad tareas cotidianas relacionadas con alimentación, el aseo y la presentación personal.	Participo, me íntegro y coopero en actividades de grupo dentro y fuera de la institución educativa.	Manipulo adecuadamente los materiales que utilizo en la elaboración de tareas dentro y fuera de la institución educativa.
Organizo los juguetes y los elementos que utilizo, aplicando conceptos temporo-espaciales		Aplico los patrones básicos de locomoción en juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución educativa.



ESTÁNDARES GRADO 4 A 5°

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas en mi tiempo libre.	Participo en la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar, escolar y social.	Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en las prácticas de actividades de carácter deportivo, recreativo propias de mi edad.
Controlo mis emociones cuando no logro lo que deseo	Formo parte de grupos juveniles, artísticos, deportivos o recreativos.	Practico los fundamentos básicos de un deporte.
Persisto en alcanzar las metas que me propongo en relación con mi desarrollo físico atlético.	Practico y promuevo el juego limpio con niños y niñas de mi edad.	Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.
Muestro disposición y ánimo para la práctica de la actividad física.	Soluciono por medio del dialogo del dialogo los conflictos producidos durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.	Ejecuto los patrones básicos de movimiento en un nivel de desarrollo maduro.
Favorezco las capacidades a través de actividades pre deportivas que me permiten superar adversidades.	Respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.	Me responsabilizo de ciertas actividades laborales propias de mi hogar o institución.

ESTÁNDARES GRADO 6° - 7°- 8°- 9°

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCION SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
Practica los fundamentos básicos de la educación física y utiliza adecuadamente los escenarios e implementos deportivos, domésticos y en general, de la vida cotidiana.	Lidera grupos deportivos, recreativos y artísticos. Mantiene y respeta las normas del juego y contribuye a la creación de nuevas normas.	Integra las categorías de calidad y eficiencia del movimiento, a los fundamentos de las destrezas deportivas y a manifestaciones estéticas y culturales.
Entiende el ejercicio físico como agente determinante y hábito diario para el mejoramiento de sus funciones orgánicas y corporales	Asume con actitudes positivas la victoria o la derrota en el juego y valora sus consecuencias	Relaciona sus pasatiempos con actividades que implican trabajo creativo y comprende que el trabajo también debe satisfacer su necesidad lúdica.



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

ESTÁNDARES GRADO 10° A 11°

DESARROLLO PERSONAL	INTERACCIÓN SOCIAL	DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD
Descubre y desarrolla elementos tácticos en situaciones de juego	Participa en la organización de proyectos y gestiona actividades recreativas, deportivas, turísticas y en general, de uso del tiempo libre	Ejecuta en forma técnica los fundamentos deportivos de diferentes modalidades y usa correctamente los escenarios e implementos deportivos, recreativos y gimnásticos.
Asume la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés	Asume la educación física como una práctica diaria para contrarrestar la influencia nociva de la vida sedentaria y el estrés	Organiza y lidera frecuentemente actividades dirigidas a dinamizar, recuperar y conservar el medio ambiente
Demuestra con el cultivo de su cuerpo, el respeto a la dignidad de su propia vida y de la vida de los demás	Respeto y valora las diferencias de cultura corporal en los distintos grupos étnicos y sociales	



Metodología

Para alcanzar los objetivos propuestos en la programación se debe utilizar una determinada metodología. La forma que emplea cada docente para enseñar tiene una serie de repercusiones didácticas que se definen en tres tipos de interacciones:

- De tipo técnico: comunicación y estrategia en la práctica como elementos del aprendizaje motor.
- De tipo organizativo: de control de la actividad y de utilización de recursos.
- De tipo socio afectivo: relativo al clima emocional del aula.

La metodología que se propone es basada en la concepción que tiene la licenciada Beatriz Hernández Nieto, publicada en la revista digital www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm, en donde se abordan propuestas muy interesantes acerca de los diferentes estilos pedagógicos, los cuales se dividen en dos grandes bloques: los estilos directivos (enseñanza a través de un modelo) y los estilos de descubrimiento (enseñanza a través de la búsqueda), los cuales tienen las siguientes características:

- Estilos directivos: mando directo, enseñanza basada en la tarea, enseñanza recíproca, autoevaluación e inclusión.
- Estilos del descubrimiento: descubrimiento guiado, resolución de problemas, diseño del estudiante, estudiantes iniciados y micro enseñanza.

La incidencia en las capacidades cognitivas, sociales, afectivas o motrices del estudiante serán diferentes según el estilo de enseñanza que se utilice. La adecuada selección de cada uno de estos estilos proporcionará sin duda una mayor eficacia pedagógica.



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

Del conjunto de estilos basados en la instrucción directa o enseñanza de un modelo, los más utilizados son: el mando directo modificado, la asignación de tareas y la enseñanza recíproca. Los estilos basados en la indagación o enseñanza mediante la búsqueda más conocidos son: el descubrimiento guiado, la resolución de problemas y la libre exploración o creatividad.

El orden de exposición de los estilos responde a un progresivo incremento de la participación del estudiante y al traslado de la toma de decisiones del docente al estudiante. Desde el modelo de reproducción presentado por el docente hasta la elaboración del programa y motricidad por parte del estudiantado media una gran evolución metodológica.

Mando directo. Este estilo de enseñanza está basado en la toma de la mayor parte de las decisiones por el docente en la intervención con el estudiante. Este conjunto de decisiones está referido al qué, cuánto y cómo. En el transcurso de la clase se manifiesta a través de un proceso de explicación, demostración, ejecución y evaluación de cada propuesta. Este estilo se da en actividades como el calentamiento dirigido por el docente, que es quien indica el modelo y el ritmo a seguir, o las actividades de riesgo, por ejemplo, lanzamientos, escalada, clase de aeróbicos y otras.

Asignación de tareas. En relación con el mando directo, este estilo concede una mayor autonomía al estudiante. Tras la información inicial transmitida por el docente, el estudiante empieza a decidir sobre aspectos tales como el inicio, el final, el ritmo o la cantidad de actividad a partir de la propuesta ofrecida por el docente. Las tareas pueden ser una o unas secuencias de varias con distintos grados de dificultad, aunque las propuestas siguen dependiendo del docente y se realizan de forma general por toda la clase. La aplicación de este estilo de enseñanza puede ser la adecuada en actividades tales como el aprendizaje de la técnica deportiva o el acondicionamiento físico, así como en las actividades practicadas en la naturaleza.

Enseñanza recíproca. Se basa en la práctica de las tareas por parejas. El docente proporciona información acerca de las propuestas y su evaluación y asigna los papeles de observador y ejecutante a cada miembro de la pareja. Delega a los estudiantes el desarrollo de la propuesta, reservándose la posibilidad de intervenir sólo si fuera necesario. En este estilo se



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

ha observado un desarrollo de los aspectos cognitivos, debido a la necesidad de observación, análisis, evaluación y comprensión de los distintos elementos que integran la tarea. Se utilizará sobre todo en actividades de preparación física, en algunas danzas, determinados gestos deportivos y en términos generales en actividades que precisan de un modelo.

Descubrimiento guiado. Es el primer estilo que supone un desarrollo importante de los aspectos intelectuales. La secuencia de enseñanza empieza cuando el docente que controla la organización plantea una situación que puede tener una o varias respuestas. El docente programa y evalúa las tareas, pero durante la actividad no da el modelo, si no que orienta el aprendizaje de los estudiantes, permitiendo que tomen decisiones y descubran dentro de unas normas y límites. Su rol consiste en esperar las respuestas de los estudiantes y reforzar las correctas a través de la comunicación de resultados evaluativos, de estímulos afectivos sugerencias adicionales a las repuestas incorrectas ofrecidas mediante la transmisión del conocimiento de resultados interrogativos. La evaluación es grupal. Este estilo es indicado para las actividades de expresión corporal, educación física de base, iniciación deportiva y en algunos casos, en la enseñanza integradora de la toma de decisiones en los deportes de equipo.

Resolución de problemas. Es el estilo representativo de la enseñanza a través de la búsqueda. El estudiante es el protagonista del proceso, lo que le permite tomar decisiones durante y después de la actividad. Los contenidos se desarrollan a través de la actividad corporal, pero con el acento puesto en los procesos intelectuales asociados a dicha actividad. Se basa en plantear al estudiante situaciones problema con resultado final de producción propia. El docente presenta el estímulo y el estudiante debe encontrar por sí mismo las respuestas con total libertad. Todas son válidas y, por lo tanto, reforzadas por el docente. Se busca la autoevaluación del estudiante. La aplicación de este estilo es ideal en actividades como mímica, dramatización, actividades en la naturaleza con carácter lúdico y juegos con propuestas de resolución de problemas.



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

Libre exploración. Con este estilo se realiza la apuesta más significativa, pues se traslada la toma de decisiones del docente al estudiante. Supone la más profunda implicación del estudiante en su proceso de enseñanza-aprendizaje. En este diseño exploratorio el estudiante toma decisiones sobre aspectos centrales del programa que en otros estilos están reservados al docente. Tras el marco ofrecido por éste sobre la temática a investigar, es el estudiante quien selecciona el tema concreto y la forma como utilizará al docente para su desarrollo, además de elaborar su propio programa con todas las variables. El estilo otorga al estudiante la capacidad de modificar, perfeccionar o experimentar elementos del programa. Puede solicitar la asistencia del docente, que se ocupará de proporcionar y garantizar las condiciones generales de prácticas seguras y adecuadas al currículum. Este estilo está indicado en situaciones donde hay una primera toma de contacto con el material y con el lugar donde se desarrolla la clase. Sería posible en educación física de base, psicomotricidad, juegos y actividades en la naturaleza.

Concluyendo, se debe recalcar que ninguno de estos estilos es la solución a los diferentes tipos de enseñanza. No existe un estilo ideal, cada uno tiene unas características propias que permite alcanzar unos objetivos específicos. Tampoco debe hacerse una jerarquización de estilos. La aplicación de cada uno de ellos provoca en el estudiante unos efectos físicos, sociales, emocionales e intelectuales diferenciados.

El punto de referencia aquí tomado es el del pedagogo estadounidense Muska Mosston, el cual incorporó durante la década de 1960 el concepto de estilo de enseñanza a la educación física. En sus primeras obras, Mosston desarrolló la estructura de la enseñanza centrándose en la materia y el aprendizaje; en las siguientes profundizó en sus aportaciones acerca de los estilos de enseñanza, centrándose en la relación entre la enseñanza, los aprendizajes y los objetivos.



Esta metodología que se aborda desde el área tiene una relación directa con el enfoque pedagógico institucional, socio crítico, ya que permite al estudiante reflexionar sobre su práctica deportiva, elaborar criterios y concepciones y le da autonomía para tomar decisiones.

RECURSOS

Los recursos y materiales didácticos utilizados en la clase de educación física, es necesario que cumplan con las funciones básicas de soporte del componente curricular, para convertirse en posibilitadores de las actividades de enseñanza-aprendizaje. Estos son:

1. Instalaciones deportivas.
2. Material deportivo.
3. Material de soporte.
4. Material impreso.
5. Material audiovisual e informático
6. Material Bibliográfico.
7. Material complementario.



CRITERIOS DE EVALUACIÓN

El área de educación física, concibe la evaluación como el proceso continuo y formativo que permite conocer el resultado y avance de los estudiantes en su desempeño y desarrollo de sus competencias, en pro de ayudarles, mediante la reflexión, al logro de los objetivos propuestos, razón por la cual se utiliza la evaluación como una fase importante de la programación, una parte integrante de la acción educativa y no la parte final de un proceso de instrucción.

La evaluación debe ser un proceso de diálogo, comprensión y mejora constante que se debe realizar a partir de los logros alcanzados y no de las deficiencias encontradas. La evaluación se constituye en un concepto dinámico y continuo de obtención y gestión de información.

Así mismo esta evaluación debe acumular información sobre tres aspectos: los estudiantes, el proceso y el docente. La evaluación de los estudiantes será realizada en tres momentos: evaluación inicial, formativa y sumativa. Estas están ligadas al proceso educativo, vinculada a los objetivos y contenidos que debe diagnosticar. La evaluación de los estudiantes reúne información sobre los resultados del aprendizaje, concretamente la práctica, los conocimientos y las actitudes con el objetivo de tomar decisiones oportunas de orientación y desarrollo.

Con base en lo anterior, en los criterios de evaluación que contempla el Sistema Integral de Evaluación Escolar (SIEE) y lo estipulado en los Acuerdos Pedagógicos, en los que se llega a acuerdos con los estudiantes sobre la forma, tiempos y porcentajes de evaluación, el área realiza los procesos de evaluación.



ESCUELA NORMAL SUPERIOR DEL QUINDÍO

Código: GA-01- 01

Fecha: ENERO DE 2022

Versión. 002

PLAN DE ÁREA

Página

AUTOEVALUACIÓN DEL ÁREA Y PLAN DE MEJORAMIENTO

Los integrantes del área de Educación Física, Recreación y Deportes, se reunirá dos veces al año, con el fin de realizar un seguimiento a las acciones estipuladas en el plan de área y planes de asignatura, para conocer debilidades y fortalezas en los procesos académicos, establecer el cumplimiento del cronograma y realizar la respectiva resignificación del plan de área y planes de asignatura. Una vez terminada la autoevaluación, elabora su plan de mejoramiento, el cual es objeto de seguimiento, y lo presenta a la rectoría.



TRANSVERSALIDAD

Transversalidad del área de Educación Física Recreación y Deportes						
PROYECTO DEMOCRACIA	PRAE- PÉGER	ANIMACION A LA LECTURA	EDUCACION SEXUAL	HECHOS NO PALABRAS	TIEMPO LIBRE	PASATE A LA BIBLIOTECA
<p>Ética y valores con inteligencia emocional en la toma de decisiones, liderazgo, altruismo. Reconocer las debilidades y fortalezas personales y grupales. Gozar de aceptación en un grupo y luchar por alcanzar las metas propuestas. Aceptar la postulación como líder delegando funciones y logística de acuerdo a las características individuales y el rol desempeñado por cada integrante.</p>	<p>Orientaciones sobre la prevención, Desplazamientos, Ubicación espacio-temporal Reacción coherente En estímulos respuesta Promoción de hábitos de vida Saludable. Manejo Adecuado de la hidratación Prevención de accidentes Cuidado del medioambiente</p>	<p>Conciencia Fonológica (Canciones recreativas – rompehielos) Mapa metafórico Lectura de artículos deportivos Investigaciones y consultas de recreación , deportes salud y uso constructivo del tiempo libre “sangre de campen” <u>Carlos Cuauhtemoc Sanchez</u> “Cartas a quien pretende enseñar” Paulo Freire. “Mal de escuela” Daniel Pennac</p>	<p>Esquema corporal Imagen corporal concepto corporal Conciencia corporal Hábitos de higiene y salud Respeto a la diferencia Identificar fortalezas y debilidades Búsqueda permanente de la Performance Respeto al género y resolución de conflictos Cuerpo y corporalidad</p>	<p>Ética y valores con inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal Respeto y tolerancia con sus compañeros y el profesor Respeto a la ideología religiosa Resolución de conflictos ganadora Promoción en el uso constructivo del tiempo libre</p>	<p>Promoción de hábitos de vida saludable. Uso constructivo del tiempo libre Escuelas de formación deportiva Participar en eventos En tiempo libre como maratones Ciclo vías Campeonatos Día de la actividad física Propuestas nota estímulo</p>	<p>Consulta libros de Pedagogía, didáctica, recreación, Deporte. Trabajo autónomo en consultas de temas de salud y actividad física Lecturas sabrosas Juegos, acertijos, rondas y adivinanzas.</p>



BIBLIOGRAFÍA

- Revista Digital, EF Deportes - Buenos Aires - Año 14 - N° 132 - Mayo de 2009. <http://www.efdeportes.com/>
- Beatriz Elena Chaverra Fernández, Estándares básicos de competencia para el área de educación física, recreación y deporte en el departamento de Antioquia. Medellín Colombia (2010)
- Baqués I Trenchs, Marián. 600 juegos para educación infantil. España. Ceac. 2000.
- Campo Sánchez, Gladys Elena. El juego en la educación física básica. Armenia. Kinesis. 2000.
- Monografías escuela española. 100 juegos para el aula de educación física. Educación primaria. España. Praxis. 2002.
- Sáenz, Sanchez Pedro y López Buñuel. La educación física y su didáctica. España. Wanceulen. 1997.
- Ministerio de Educación Nacional. Serie Lineamientos curriculares Educación Física, Recreación y Deporte.
- Ministerio de Educación Nacional Documento N 15 Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física Recreación y Deportes 2010.