



**INSTITUCION | EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION Nº 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES Nº 133711 NIT 809.002.448-**  
**IZ**

PERIODO: 1

AREA: EDUICACION FISICA

GRADO: SEXTO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	<b>PATRONES DE LOCOMOCIÓN, MANIPULACIÓN Y EQUILIBRIO:</b> <b>EJERCICIOS GIMNÁSTICOS FUNDAMENTALES Y PREPARATORIOS PARA UN DEPORTE.</b> <b>EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA EL TRONCO.</b> <b>EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA EL EQUILIBRIO.</b> <b>EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA LOS BRAZOS Y PIERNAS.</b> <b>EL BALONCESTO.</b> <b>EL VOLEIBOL.</b> <b>EL FÚTBOL</b>	<b>CONSULTAS Y LECTURAS DE DOCUMENTOS RELACIONADOS CON LA CONCEPTUALIZACIÓN, IMPORTANCIA Y CARACTERÍSTICAS DE LOS PATRONES DE LOCOMOCIÓN.</b> <b>EJERCICIOS FÍSICOS COMO: TROTAR, CORRER, SALTAR, LA CARRETILLA, ABDOMINALES, SALTARINES, PULGAS, ROLLOS, FLEXIONES DE PECHO.</b> <b>PRÁCTICA DE BALONCESTO.</b> <b>LANZAMIENTO DE BALONES CON LA MANO Y PIES.</b> <b>PRÁCTICA DE VOLEIBOL.</b> <b>PRACTICA DE FÚTBOL.</b> <b>DRIBLAR POR PAREJAS PROTEGIENDO EL BALÓN DE UN Oponente que quiera</b>	CAMINAR UTILIZANDO DIFERENTES APOYOS (TALÓN, PLANTA, PUNTA Y BORDE EXTERNO). CONCEPTUA LIZACIÓN Y CARACTERÍS TICAS, LECTURAS DE DOCUMENTO S. REALIZACIÓN DE CAMINATAS IMITANDO ALGUNOS ANIMALES, PERSONAJE S Y OFICIOS. FORMACIÓN PERMANENT E EN LAS FORMAS ASCENDENT	<b>ADQUIRIR UN NIVEL MADURO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PATRONES FUNDAMENTALES DE MOVIMIENTOS</b>	<b>MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS</b>

				QUITARLO	E Y DESCENDEN TE. DINÁMICA ALERTA MENTAL. JUEGOS LIBRES. EJERCICIOS GIMNÁSTICO S. ELEMENTOS DE MARCHA POR PAREJAS Y GRUPOS. CONSULTAS E INVESTIGACI ONES.		
--	--	--	--	----------	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION Nº 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES Nº 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: SEXTO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PATRONES DE LOCOMOCIÓN, MANIPULACIÓN Y EQUILIBRIO: EJERCICIOS GIMNÁSTICOS FUNDAMENTALES Y PREPARATORIOS PARA UN DEPORTE. EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA EL TRONCO. EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA EL EQUILIBRIO. EJERCICIOS GIMNÁSTICOS PARA LOS BRAZOS Y PIERNAS. EL BALONCESTO. EL VOLEIBOL. EL FÚTBOL	ADQUISICIÓN Y COMPRENSIÓN DE PROCESOS COMO EL CONOCIMIENTO DE SU PROPIO CUERPO, DE SU IDENTIDAD CORPORAL, EL DESARROLLO DE SUS CAPACIDADES FÍSICAS, LA ADAPTACIÓN DEL CUERPO AL ESFUERZO FÍSICO Y POR LO TANTO SU ADAPTACIÓN FISIOLÓGICA; ASIMISMO SUPONE LA PRÁCTICA Y MEJORA DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y DE SU RELACIÓN CON LA SALUD.	CONSULTAS Y LECTURAS DE DOCUMENTOS RELACIONADOS CON LA CONCEPTUALIZACIÓN, IMPORTANCIA Y CARACTERÍSTICAS DE LOS PATRONES DE LOCOMOCIÓN. EJERCICIOS FÍSICOS COMO: TROTAR, CORRER, SALTAR, LA CARRETILLA, ABDOMINALES, SALTARINES, PULGAS,	EL DESARROLLO DE ACTITUDES, VALORES Y NORMAS; A PARTIR DE LA PRÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.	MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					ROLLOS, FLEXIONES DE PECHO. PRÁCTICA DE BALONCEST O. LANZAMIENT O DE BALONES CON LA MANO Y PIES. PRÁCTICA DE VOLEIBOL. PRACTICA DE FÚTBOL. DRIBLAR POR PAREJAS PROTEGIEND O EL BALÓN DE UN OPONENTE QUE QUIERA QUITARL		
--	--	--	--	--	---	--	--



INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1

PERIODO: 3

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: SEXTO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
, ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA.	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PATRONES DE LOCOMOCIÓN, MANIPULACIÓN Y EQUILIBRIO: GIMNASIA CON PEQUEÑOS IMPLEMENTOS. EJERCICIOS CON LA CUERDA PARA SALTAR. EJERCICIOS PARA EL MANEJO DEL BALÓN EJERCICIOS PREPARATORIOS PARA EL FÚTBOL EJERCICIOS PREPARATORIOS PARA EL BALONCESTO EJERCICIOS CON EL ARO GIMNÁSTICO.		REALIZACIÓN DE EJERCICIOS PARA MEJORAR EL TONO MUSCULAR Y CONTROL CORPORAL. REALIZAR EJERCICIOS SOBRE LAS DIFERENTES FORMAS DE RODAR ASOCIADAS A DESTREZAS DEPORTIVAS , COMO EL ARQUERO EN EL FÚTBOL, AL RECUPERAR UN BALÓN EN EL		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>VOLEIBOL, EN GIMNASIA, ETCÉTERA. VIVENCIA DE SALTOS ASOCIADOS A DISCIPLINAS DEPORTIVAS</p> <p>, ÁTLETISMO (ALTO, LARGO Y TRIPLE), AL BALONCEST O, AL VOLEIBOL, AL FÚTBOL. JUEGOS DEPORTIVOS Y RECREATIVO S DIRIGIDOS E LIBRES. JUEGOS DE CORRER</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-**

**PERIODO: 4**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: SEXTO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PATRONES DE LOCOMOCIÓN, MANIPULACIÓN Y EQUILIBRIO: PLANEAMIENTO Y EJECUCIÓN DE LOS JUEGOS INTER-CLASES JUEGOS COMPETITIVOS. COORDINACIÓN DE MOVIMIENTOS. ACTIVIDADES SUGERIDAS		PARTICIPACIÓN EN LAS DIFERENTES DISCIPLINAS DEPORTIVAS  PASAR ELEMENTOS VARIADOS, CAMBIANDO DISTANCIAS, ALTURAS, VELOCIDADES, INTEGRANDO FORMAS JUGADAS POR PAREJAS Y POR GRUPOS. REALIZACIÓN DE DESFILE PARA LA INAUGURACIÓN DE LOS JUEGOS		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					INTERCLASE S. EJERCICIOS DE RESISTENCIA . MEJORAMIENTO DE LA FUERZA EN LAS PIERNAS. (CUCLILLAS		
--	--	--	--	--	--	--	--





INSTITUCION EDUCATIVA "PUENTE CUCUANA"  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1

PERIODO: 1

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: SEPTIMO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	CONTROL CORPORAL EN ROLLOS Y GIROS. EL ROLLO LATERAL Y LAS ACTIVIDADES SUGERIDAS. EL ROLLO ADELANTE Y LAS ACTIVIDADES SUGERIDAS. EL ROLLO ATRÁS Y LAS ACTIVIDADES SUGERIDAS. GIROS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS. INDEPENDENCIA SEGMENTARÍA EN EL RELOJ Y LA TIJERA. LA TIJERA Y ACTIVIDADES SUGERIDAS. EL RELOJ Y ACTIVIDADES SUGERIDAS. EQUILIBRIO EN POSICIONES INVERTIDAS PARADA DE CABEZA Y ACTIVIDADES SUGERIDAS. LA PARADA DE MANOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS		REALIZACIÓN DE EJERCICIOS PARA MEJORAR EL TONO MUSCULAR Y CONTROL CORPORAL. REALIZAR EJERCICIOS SOBRE LAS DIFERENTES FORMAS DE RODAR ASOCIADAS A DESTREZAS DEPORTIVAS , COMO EL ARQUERO EN EL FÚTBOL, AL RECUPERAR UN BALÓN EN EL		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>VOLEIBOL, EN GIMNASIA, ETCÉTERA. VIVENCIA DE SALTOS ASOCIADOS A DISCIPLINAS DEPORTIVAS , ATLETISMO (ALTO, LARGO Y TRIPLE), AL BALONCEST O, AL VOLEIBOL, AL FÚTBOL. JUEGOS DEPORTIVOS Y RECREATIVO S DIRIGIDOS Y LIBRES. EJECUCIÓN DE EJERCICIOS INVERTIDOS COMO PARADO DE CABEZA, PARADO DE MANOS, RUEDA</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: SEPTIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	AFIANZAR LOS PATRONES SALTAR, CORRER, MARCHAR MEDIANTE LA EJECUCIÓN DE LOS FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DE LAS DISCIPLINAS ELEGIDAS COMO MEDIO DE TRABAJO IDENTIFICAR Y DIFERENCIAR LAS CARACTERÍSTICAS DE LA LOCOMOCIÓN EN LAS DISCIPLINAS ELEGIDAS COMO MEDIO DE TRABAJO.		CONSULTAS Y LECTURAS DE DOCUMENTO S RELACIONAD OS CON LA CONCEPTUA LIZACIÓN, IMPORTANCI A Y CARACTERÍS TICAS DE LOS PATRONES DE LOCOMOCIÓN. EJERCICIOS FÍSICOS COMO: TROTAR, CORRER, SALTAR, LA CARRETILLA, ABDOMINALE S, SALTARINES, PULGAS, ROLLOS,		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					FLEXIONES DE PECHO. PRÁCTICA DE BALONCEST O. LANZAMIENT O DE BALONES CON LA MANO Y PIES. PRÁCTICA DE VOLEIBOL. PRACTICA DE FÚTBOL. DRIBLAR POR PAREJAS PROTEGIEND O EL BALÓN DE UN OPONENTE QUE QUIERA QUITARLO.		
--	--	--	--	--	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 3**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: SEPTIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	VELOCIDAD, RESISTENCIA Y MANIPULACIÓN: VELOCIDAD Y RESISTENCIA PASAR Y RECIBIR. LANZAR. GOLPEAR Y PATEAR		REALIZACIÓN DE PASES DE PARA LOS JUEGOS DEPORTIVOS . MANEJO ADECUADO DE LANZAMIENTOS INDIVIDUALES Y POR PAREJAS. EJECUCIÓN DE EJERCICIOS FÍSICOS Y DE COORDINACIÓN JUEGOS LIBRES. JUGAR APLICANDO LAS TÉCNICAS DE		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					LANZAMIENT O Y DE PASES PARA LOS JUEGOS DEPORTIVOS		
--	--	--	--	--	---	--	--



INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016

CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1

PERIODO: 4

AREA: EDUICACION FISICA

GRADO: SEPTIMO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	EL EQUILIBRIO Y SU ARTICULACIÓN A FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS DEL BALONCESTO: FINTAS. AMAGUES. DETENCIONES CAMBIOS DE DIRECCIÓN		REALIZACIÓN DE EJERCICIOS FÍSICOS CON PASES Y LANZAMIENTOS. CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS, LECTURAS DE DOCUMENTOS. DINÁMICA ALERTA MENTAL. JUEGOS LIBRES. EJERCICIOS GIMNÁSTICOS. CONSULTAS E INVESTIGACI		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					ONES. MOVIMIENTO S Y DESPLAZAMI ENTOS APROPIADOS CON Y SIN BALÓN JUEGOS POR PAREJAS APLICANDO LAS TÉCNICAS Y DESTREZAS DEL BALONCEST O		
--	--	--	--	--	--	--	--





**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 1**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: OCTAVO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PATRONES DE LOCOMOCIÓN, MANIPULACIÓN Y EQUILIBRIO. ORDEN CERRADO. CAMINAR. COMBINADO ELEMENTOS DE LOCOMOCIÓN: MARCHA, GIROS, CONVERSIONES. GIMNASIA.		CAMINA UTILIZANDO DIFERENTES APOYOS (TALÓN, PLANTA, PUNTA Y BORDE EXTERNO). CONCEPTUALIZACIÓN Y CARACTERÍSTICAS, LECTURAS DE DOCUMENTOS. REALIZACIÓN DE CAMINATAS IMITANDO ALGUNOS ANIMALES, PERSONAJES Y OFICIOS. FORMACIÓN PERMANENTE EN LAS		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					FORMAS ASCENDENT E Y DESCENDEN TE. DINÁMICA ALERTA MENTAL. JUEGOS LIBRES. EJERCICIOS GIMNÁSTICO S. ELEMENTOS DE MARCHA POR PAREJAS Y GRUPOS. CONSULTAS E INVESTIGACI ONES		
--	--	--	--	--	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: OCTAVO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA  BÁSICA DE LOS DEPORTES:  EL VOLEIBOL  EJERCICIOS FÍSICOS  JUEGOS LIBRES		INVESTIGACIÓN SOBRE GENERALIDADES Y CONCEPTOS DEL JUEGO DEL VOLEIBOL. EJERCICIOS DE AGILIDAD, RESISTENCIA, RAPIDEZ Y FUERZA EN LAS JUGADAS DEL VOLEIBOL. CREACIÓN DE ESQUEMAS GIMNÁSTICOS DE MEDIANA COMPLEJIDAD EN GRUPOS. EJECUCIÓN DE		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					POSTURAS BÁSICAS E INVERTIDAS ACOMPAÑAD AS POR RITMOS MUSICALES. PRACTICA CARRERAS DE VELOCIDAD, SEMIFONDO, FONDO PROLONGAD O, RESISTENCIA OBSTÁCULO S Y RELEVOS, SE LLEVARÁN A CABO EN FORMA INDIVIDUAL Y COMPETENCI AS POR GRUPOS. JUEGOS LIBRES, DINÁMICOS, RECREATIVO S.		
--	--	--	--	--	---	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 3**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: OCTAVO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTACIÓN TÉCNICA BÁSICA DE LOS DEPORTES EL FÚTBOL. LA GIMNASIA. EJERCICIOS FÍSICOS		REALIZACIÓN DE LA RESEÑA HISTÓRICA T GENERALIDA DES DEL FÚTBOL. PRÁCTICA EN GRUPOS PEQUEÑOS Y CON SITUACIONE S REALES DEL JUEGO PARA LA APLICACIÓN DE LOS FUNDAMENT OS TÉCNICOS BÁSICOS DEL FÚTBOL. CREACIÓN DE ESQUEMAS GIMNÁSTICO		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					S DE MEDIANA COMPLEJIDA D. EN GRUPOS  ORGANIZACI ÓN Y PARTICIPACI ÓN DE EVENTOS DE    ESTA DISCIPLINA.		
--	--	--	--	--	--	--	--



INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1  
AREA: EDUCACION FISICA

PERIODO: 4

GRADO : OCTAVO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	TÉCNICA BÁSICA DE LOS DEPORTES JUEGOS INTERCLASES EL ATLETISMO LA GIMNASIA. EJERCICIOS FÍSICOS DE RESISTENCIA.		PARTICIPACIÓN EN LAS DIFERENTES DISCIPLINAS DEPORTIVAS EN LOS JUEGOS INTERCLASES. CONSULTAS SOBRE TIPOS DE PRUEBAS Y NORMAS DE SEGURIDAD EN LA PRÁCTICA DEL ATLETISMO. PRACTICA CARRERAS DE VELOCIDAD, SEMIFONDO, FONDO PROLONGADO, RESISTENCIA OBSTÁCULO		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					S Y RELEVOS, SE LLEVARÁN A CABO EN FORMA INDIVIDUAL Y COMPETENCI AS POR GRUPOS. REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES PARA MANTENIMIE NTO. PRESENTACI ÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCI AS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		
--	--	--	--	--	--	--	--





**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 1**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO:NOVENO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS PARA LA PRÁCTICA DEL VOLEIBOL. TEMA 1. FUNDAMENTOS TÉCNICOS A. AMBIENTACIÓN Y ADAPTACIÓN. B. AL ELEMENTO C. AL CAMPO DE JUEGO D. DESPLAZAMIENTOS, CARRERAS, SALTOS, CAMBIOS DE DIRECCIÓN. TEMA 2. POSICIONES BÁSICAS PARA PASAR Y RECIBIR. A. LOCOMOCIÓN. B. MANIPULACIÓN. TEMA 3. BOLEA O GOLPE CON DEDOS. A. BOLEA SIN Y CON DESPLAZAMIENTO EN VARIAS DIRECCIONES. B. EJECUCIÓN DE CONTROLES INDIVIDUALES, POR PAREJAS, EN GRUPOS. C. JUEGOS DE APLICACIÓN TEMA 4. RECEPCIÓN A. POSICIONES BÁSICAS , DESPLAZAMIENTOS, JUEGOS DE APLICACIÓN Y		DESPLAZAMIENTOS, CARRERAS, SALTOS, CAMBIOS DE DIRECCIÓN. POSICIONES BÁSICAS PARA PASAR Y RECIBIR. EJERCICIOS DE LOCOMOCIÓN. MOVIMIENTOS Y DESPLAZAMIENTOS DE MANIPULACIÓN CON EL BALÓN. PRÁCTICA DE BOLEA SIN Y CON DESPLAZAMIENTO EN VARIAS DIRECCIONES.		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

			ASIMILACIÓN, COMBINACIONES DE ANTEBRAZO Y BOLEA TEMA 5. SERVICIOS: A. POSICIÓN BÁSICA, EJECUCIONES PRACTICAS, FORMAS DE SERVICIOS Y RECEPCIONES, SERVICIOS A SITIOS DEFINIDOS. TEMA 6. FORMAS JUGADAS DEL VOLEIBOL. A. ROTACIONES. B. CAMBIOS. C. ANOTACIONES.		EJECUCIÓN DE CONTROLES INDIVIDUALE S, POR PAREJAS, EN GRUPOS. JUEGOS DE APLICACIÓN POSICIONES BÁSICAS, DESPLAZAMI ENTOS, JUEGOS DE APLICACIÓN Y ASIMILACIÓN , COMBINACIO NES DE ANTEBRAZO Y BOLEA POSICIÓN BÁSICA, EJECUCIONE S PRÁCTICAS, FORMAS DE SERVICIOS Y RECEPCIONE S, FORMAS JUGADAS DEL VOLEIBOL. EJERCICIOS DE ROTACIONES , CAMBIOS Y ANOTACIONE		
--	--	--	---	--	--	--	--

					S DEL VOLEIBOL		
--	--	--	--	--	-------------------	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: NOVENO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA		DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS PARA LA PRÁCTICA DEL FÚTBOL TEMA 1. FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS A. ADAPTACIÓN Y AMBIENTACIÓN AL ELEMENTO Y AL CAMPO DE JUEGO. B. JUEGOS Y EJERCICIOS C. FAMILIARIZACIÓN. D. CONDUCTA DE ENTRADA. TEMA 2. CONDUCCIÓN Y DESPLAZAMIENTOS A. EN FORMA LIBRE. B. SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO: BORDE INTERNO, EXTERNO, EMPEINE TOTAL. C. SEGÚN LA FORMA: CON FINTA, AMAGUE, ESQUIVE. D. JUEGOS DE APLICACIÓN. TEMA 3. PASE Y REMATE. A. SEGÚN LA SUPERFICIE: EMPEINE INTERNO, EXTERNO, EMPEINE TOTAL. B. SEGÚN LA FORMA: VOLEA, SEMIVOLEA, CABEZA. C. SEGÚN LA DISTANCIA: RASANTE, MEDIA ALTURA,		ADAPTACIÓN Y AMBIENTACIÓN AL ELEMENTO Y AL CAMPO DE JUEGO. JUEGOS, EJERCICIOS, FAMILIARIZACIÓN, CONDUCTA DE ENTRADA. CONDUCCIÓN Y DESPLAZAMIENTOS EN FORMA LIBRE SEGÚN LA SUPERFICIE DE CONTACTO: BORDE INTERNO, EXTERNO, EMPEINE			MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

			ELEVADO. D. COMBINACIONES: CONDUCCIÓN, PASE RASANTE. TEMA 4. DOMINIO DEL BALÓN: A. CON EMPEINE. B. CON MUSLO. C. CON CABEZA. D. JUEGOS DE APLICACIÓN. TEMA 5. LAS MANIOBRAS TÉCNICA: A. TRABAJO DE LOS PIES. B. TOQUE LATERAL. C. CARGA LEGAL. TEMA 6. TRABAJO PARA ARQUERO. A. CONDICIÓN FÍSICA. B. VELOCIDAD DE REACCIÓN C. AGARRE DEL BALÓN. D. CUBRIMIENTO DE ÁNGULOS. E. JUEGOS DE APLICACIÓN		TOTAL. PASES Y REMATES. EMPEINE INTERNO, EXTERNO, EMPEINE TOTAL. EJERCICIOS DE DOMINIO DEL BALÓN CON EMPEINE CON MUSLO Y CON CABEZA. JUEGOS DE APLICACIÓN			
--	--	--	---	--	---	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 3**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: NOVENO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS PARA LA PRÁCTICA DEL BALONCESTO. TEMA 1. FUNDAMENTOS TÉCNICOS BÁSICOS A. AMBIENTACIÓN Y ADAPTACIÓN. B. AL ELEMENTO Y AL CAMPO DE JUEGO. C. JUEGOS Y EJERCICIOS. D. TÉS DE CONDUCTA DE ENTRADA. TEMA. 2. DRIBLING. A. POSICIÓN BÁSICA B. CONTACTO CON EL BALÓN EN EL PUESTO. C. MANEJO CON EL BALÓN EN EL PUESTO. D. MANEJO DEL BALÓN CON DESPLAZAMIENTO. E. DESPLAZAMIENTO EN DIFERENTES FORMAS. ADELANTE, ATRÁS, LATERALES, F. COMBINACIONES. TEMA 3. PASES. A. POSICIÓN BÁSICA		JUEGOS Y EJERCICIOS. TÉS DE CONDUCTA DE ENTRADA. EJERCICIOS DE DRIBLING. POSICIÓN BÁSICA, CONTACTO CON EL BALÓN EN EL PUESTO MANEJO CON EL BALÓN EN EL PUESTO, MANEJO DEL BALÓN CON DESPLAZAMIENTO, DESPLAZAMIENTO EN DIFERENTES FORMAS, ADELANTE,		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

			<p>B. AGARRE DEL BALÓN C. FORMAS DE PASAR: DE PECHO, CON DOS Y UNA MANO. D. HORIZONTAL Y DE PIQUE: SOBRE, LA CABEZA, DE GANCHO Y DE HOMBRO E. LANZAMIENTOS EN MOVIMIENTO. TEMA 4. LANZAMIENTO. A. POSICIONES B. FORMAS DE LANZAR.: EN EL PUESTO CON DOS Y UNA MANO; DE PECHO Y CON CABEZA, CON UNA MANO DE PECHO Y SOBRE LA CABEZA. C. LANZAMIENTOS EN MOVIMIENTO. TEMA 5. ENTRADAS. DOBLE RITMO. A. EJERCICIOS SIN BALÓN. B. ENTRADA POR LA DERECHA. C. ENTRADA POR LA IZQUIERDA. D. ENTRADA DE FRENTE. TEMA 6. COMBINACIONES. A. DRIBLING, PASES Y LANZAMIENTOS</p>		<p>ATRÁS, LATERALES, Y COMBINACIONES. EJERCICIOS CON PASES. POSICIÓN BÁSICA, AGARRE DEL BALÓN, FORMAS DE PASAR: DE PECHO, CON DOS Y UNA MANO. HORIZONTAL Y DE PIQUE: SOBRE, LA CABEZA, DE GANCHO Y DE HOMBRO, Y LANZAMIENTOS EN MOVIMIENTO. EJERCICIOS DE LANZAMIENTO. POSICIONES, FORMAS DE LANZAR EN EL PUESTO CON DOS Y UNA MANO; PECHO Y CON CABEZA, CON UNA</p>		
--	--	--	---	--	--	--	--

					MANO DE PECHO Y SOBRE LA CABEZA Y LANZAMIENTOS EN MOVIMIENTO . EJERCICIOS DE DOBLE RITMO. EJERCICIOS SIN BALÓN, ENTRADA POR LA DERECHA, ENTRADA POR LA IZQUIERDA, ENTRADA DE FRENTE. EJERCICIOS DE COMBINACIONES. DRIBLING, PASES Y LANZAMIENTOS		
--	--	--	--	--	---	--	--





**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 4**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: NOVENO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PRÁCTICA DEL ATLETISMO. TEMA 1. FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO. A. AMBIENTACIÓN Y ADAPTACIÓN. B. JUEGOS Y EJERCICIOS C. TÉS DE CONDUCTA DE ENTRADA TEMA 2. CARRERA. A. VELOCIDAD. B. SEMIFONDO C. FONDO PROLONGADO D. RESISTENCIA. E. OBSTÁCULOS. F. RELEVOS.		LECTURA Y ESCRITURA DE LA FUNDAMENTOS TÉCNICOS DEL ATLETISMO. AMBIENTACIÓN Y ADAPTACIÓN . JUEGOS Y EJERCICIOS REALIZACIÓN DE UN TÉS DE CONDUCTA DE ENTRADA. CARRERA Y VELOCIDAD. EJERCICIOS DE SEMIFONDO, FONDO PROLONGAD		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					O, RESISTENCIA , OBSTÁCULO S Y DE RELEVOS.		
--	--	--	--	--	---	--	--



INSTITUCION EDUCATIVA "PUENTE CUCUANA"  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1

PERIODO: 1

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: DECIMO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	APLICAR FUNDAMENTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS EN SITUACIONES DE JUEGO: TÉCNICAS DEPORTIVAS. ESTRUCTURA BÁSICA DEL DEPORTE COLOMBIANO. GIMNASIA. PREPARACIÓN FÍSICA		CONSULTAS Y DEBATES SOBRE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS SOBRE ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA. ANÁLISIS DE LA ESTRUCTURA BÁSICA DEL DEPORTE COLOMBIANO. EJECUCIÓN DE POSTURAS BÁSICAS E INVERTIDAS ACOMPAÑADAS POR RITMOS MUSICALES.		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>EJERCICIOS FÍSICOS COMO: TROTAR, CORRER, SALTAR, LA CARRETILLA, ABDOMINALE S, SALTARINES, PULGAS, ROLLOS, FLEXIONES DE PECHO, CUCLILLAS. PRESENTACI ÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCI AS PARA EVENTOS DEPORTIVOS . REALIZACIÓN DE EJERCICIOS COMO LANZAR Y RECIBIR AROS, ALCANZAR AL COMPAÑERO MEDIANTE CARRERAS, SALTOS SOBRE OBSTÁCULO</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

					S, CARRERA DE RELEVOS.		
--	--	--	--	--	------------------------------	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: DECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTACIÓN BÁSICA DE LA ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA: TÉCNICAS DEPORTIVAS. ESTRUCTURA BÁSICA DEL DEPORTE COLOMBIANO. GIMNASIA. PREPARACIÓN FÍSICA		CONSULTAS Y DEBATES SOBRE LOS FUNDAMENTOS BÁSICOS SOBRE ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA. ANÁLISIS DE LA ESTRUCTURA BÁSICA DEL DEPORTE COLOMBIANO. EJECUCIÓN DE POSTURAS BÁSICAS E INVERTIDAS ACOMPAÑADAS POR RITMOS MUSICALES.		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>EJERCICIOS FÍSICOS COMO: TROTAR, CORRER, SALTAR, LA CARRETILLA, ABDOMINALE S, SALTARINES, PULGAS, ROLLOS, FLEXIONES DE PECHO, CUCLILLAS. PRESENTACI ÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCI AS PARA EVENTOS DEPORTIVOS . REALIZACIÓN DE EJERCICIOS COMO LANZAR Y RECIBIR AROS, ALCANZAR AL COMPAÑERO MEDIANTE CARRERAS, SALTOS SOBRE OBSTÁCULO</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

					S, CARRERA DE RELEVOS.		
--	--	--	--	--	------------------------------	--	--





**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 3**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: DECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA: LA CONVIVENCIA. LIDERAZGO DEPORTIVO. LA GIMNASIA. PREPARACIÓN FÍSICA. JUEGOS LIBRES		CONOCIMIEN TOS DE NORMAS TÉCNICAS BÁSICAS PARA LA ORGANIZACI ÓN DE UN CAMPEONAT O INTRAMURO S. PRESENTACI ÓN DE PROPUESTA S PARA LA REALIZACIÓN DE CAMPEONAT OS INTRAMURO S DE DIFERENTES MODALIDADE S: BALONCEST O, VOLEIBOL, FÚTBOL,,		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					TENIS DE MESA, ETC. REALIZACIÓN DE JUEGOS COLECTIVOS PARA LA APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE ARBITRAJE Y PLANILLAJE		
--	--	--	--	--	---	--	--



INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”  
ORTEGA TOLIMA  
RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016  
CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207  
CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1

PERIODO: 4

AREA: EDUCACION FISICA

GRADO: DECIMO

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	FUNDAMENTACIÓN BÁSICA DE LA ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA: FUNDAMENTACIÓN FÍSICA. ORGANIZACIÓN DE LOS JUEGOS INTERCLASES. PLANILLAS		REALIZACIÓN DE UN PLAN QUE INCLUYA SELECCIÓN DE EVENTOS, JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE UN EVENTO CULTURAL O DEPORTIVO INTRAMUROS. PRESENTACIÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCIAS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>· REALIZACIÓN DE ENCUENTROS PARA APLICACIÓN DE CONCEPTOS Y ESTRATEGIAS. INVESTIGACIÓN Y CONCEPTUALIZACIÓN SOBRE PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. ORGANIZACIÓN DE LOS JUEGOS INTERCLASES.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 1**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: UNDECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{ DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	PREPARACIÓN FÍSICA		REALIZACIÓN DE UN PLAN QUE INCLUYA SELECCIÓN DE EVENTOS, JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE UN EVENTO CULTURAL O DEPORTIVO INTRAMUROS. PRESENTACIÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCIAS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>· REALIZACIÓN DE ENCUENTROS PARA APLICACIÓN DE CONCEPTOS Y ESTRATEGIAS. INVESTIGACIÓN Y CONCEPTUALIZACIÓN SOBRE PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. PRACTICAS FÍSICAS DIRIGIDAS PARA DETERMINAR LA IMPORTANCIA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. DISEÑO DE PROGRAMAS FÍSICOS PARA COMUNIDADES DETERMINADAS. APLICACIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENT</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

					OS DE EVALUACIÓN EN PRÁCTICAS FÍSICAS (TEST PARA MEDIR LA CONDICIÓN FÍSICA). PRACTICAS FÍSICAS DIRIGIDAS PARA DETERMINAR LA IMPORTANCI A DE LA PREPARACIÓ N FÍSICA DE BASE. DISEÑO DE PROGRAMAS FÍSICOS PARA COMUNIDAD ES DETERMINAD AS. APLICACIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENT OS DE EVALUACIÓN EN PRÁCTICAS FÍSICAS. (TEST PARA MEDIR LA CONDICIÓN		
--	--	--	--	--	---	--	--

					FÍSICA).		
--	--	--	--	--	----------	--	--





**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 2**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: UNDECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	CONCEPTOS DE PLANIFICACIÓN, DIVULGACIÓN, MOTIVACIÓN, INSCRIPCIÓN, SISTEMAS DE COMPETENCIA, EJECUCIÓN Y EVALUACIÓN DE EVENTOS CULTURALES Y DEPORTIVOS.		REALIZACIÓN DE UN PLAN QUE INCLUYA SELECCIÓN DE EVENTOS, JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE UN EVENTO CULTURAL O DEPORTIVO INTRAMUROS. PRESENTACIÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCIAS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>· REALIZACIÓN DE ENCUENTROS PARA APLICACIÓN DE CONCEPTOS Y ESTRATEGIAS. INVESTIGACIÓN Y CONCEPTUALIZACIÓN SOBRE PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. PRACTICAS FÍSICAS DIRIGIDAS PARA DETERMINAR LA IMPORTANCIA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. DISEÑO DE PROGRAMAS FÍSICOS PARA COMUNIDADES DETERMINADAS. APLICACIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENT</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

					OS DE EVALUACIÓN EN PRÁCTICAS FÍSICAS. (TEST PARA		
--	--	--	--	--	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 3**

**AREA: EDUCACION FISICA**

**GRADO: UNDECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	ACTIVIDADES FÍSICAS PARA LA CONSERVACIÓN Y MEJORAMIENTO DE LA SALUD.		REALIZACIÓN DE UN PLAN QUE INCLUYA SELECCIÓN DE EVENTOS, JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE UN EVENTO CULTURAL O DEPORTIVO INTRAMUROS. PRESENTACIÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCIAS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>· REALIZACIÓN DE ENCUENTROS PARA APLICACIÓN DE CONCEPTOS Y ESTRATEGIAS. INVESTIGACIÓN Y CONCEPTUALIZACIÓN SOBRE PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. PRACTICAS FÍSICAS DIRIGIDAS PARA DETERMINAR LA IMPORTANCIA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. DISEÑO DE PROGRAMAS FÍSICOS PARA COMUNIDADES DETERMINADAS. APLICACIÓN DE</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

					TÉCNICAS E INSTRUMENT OS DE EVALUACIÓN EN PRÁCTICAS FÍSICAS. (TEST PARA MEDIR LA CONDICIÓN FÍSICA		
--	--	--	--	--	---	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “PUENTE CUCUANA”**  
**ORTEGA TOLIMA**  
**RESOLUCION DE APROBACION N° 4333 AGOSTO 17 DE 2016**  
**CODIGO DANE 273504000415 REG. ED. 15042207**  
**CODIGO ICFES N° 133711 NIT 809.002.448-1**

**PERIODO: 4**

**AREA: EDUICACION FISICA**

**GRADO: UNDECIMO**

ESTANDAR	COMPETENCIA	COMPONENTE	EJE TEMATICO	APRENDIZAJE	EVIDENCIA	DESARROLLO LA COMPETENCIA	RECURSOS
ACCION MOTRIZ{  DEPORTIVA	COMPETENCIAS BÁSICAS: CIUDADANA, COMUNICATIVA, MATEMÁTICAS, CIENTÍFICAS NATURALES Y SOCIALES COMPETENCIAS ESPECÍFICAS: MOTRIZ, EXPRESIVA CORPORAL, AXIOLÓGICA CORPORAL. COMPETENCIAS LABORALES	<b>DEPORTIVO</b>  <b>RECRATIVO</b>	ACTIVIDADES DE MANTENIMIENTO FÍSICO EN MI TIEMPO LIBRE. MUESTRO ORDEN EN LA ELABORACIÓN DE PLANES DE ADMINISTRACIÓN, EJECUCIÓN Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS. PROMUEVO PRINCIPIOS PARA EL FORTALECIMIENTO DE HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD EN GENERAL		REALIZACIÓN DE UN PLAN QUE INCLUYA SELECCIÓN DE EVENTOS, JUSTIFICACIÓN Y OBJETIVOS DE UN EVENTO CULTURAL O DEPORTIVO INTRAMUROS. PRESENTACIÓN DE FORMATOS, PLANILLAS, TABLAS Y CUADROS DE COMPETENCIAS PARA EVENTOS DEPORTIVOS O CULTURALES		MÚSICA, CANCHAS, ESCENARIOS DEPORTIVOS, AROS, LASOS, PELOTAS, CUERDAS. BALONES, COLCHONETAS

					<p>· REALIZACIÓN DE ENCUENTROS PARA APLICACIÓN DE CONCEPTOS Y ESTRATEGIAS. INVESTIGACIÓN Y CONCEPTUALIZACIÓN SOBRE PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. PRACTICAS FÍSICAS DIRIGIDAS PARA DETERMINAR LA IMPORTANCIA DE LA PREPARACIÓN FÍSICA DE BASE. DISEÑO DE PROGRAMAS FÍSICOS PARA COMUNIDADES DETERMINADAS. APLICACIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENT</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--



					OS DE EVALUACIÓN EN PRÁCTICAS FÍSICAS. (TEST PARA MEDIR LA CONDICIÓN FÍSICA).		
--	--	--	--	--	---	--	--