



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA BARRIO PARÍS**  
**DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA**  
**MUNICIPIO DE BELLO**  
 DANE 105088000338    NIT No.811.033.203-2  
**MALLA CURRICULAR**

<b>Área:</b> EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES	<b>Grado:</b> QUINTO
<b>Docentes:</b> GILBERTO ANTONIO JARAMILLO COSSIO	
<b>Objetivo del grado:</b> Reconocer los fundamentos básicos de las técnicas de movimiento en diversas situaciones y contextos. Identificar diferentes técnicas expresivas para la manifestación emocional. Reflexionar acerca del valor de la actividad física para la formación personal.	
<b>Competencias:</b> Competencia motriz. Competencia expresiva corporal. Competencia axiológica corporal. Competencia ciudadana.	

Periodo: 1		
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares	Contenidos
¿Cómo puedo hacer uso adecuado y creativo de mi tiempo libre para mi formación personal?	<b>Competencia motriz</b>  Ajusto los movimientos de mi cuerpo en la manipulación de objetos. Cuido mi postura en la realización de diferentes prácticas y modalidades gimnásticas. Identifico mis capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos. Acepto y pongo en práctica las reglas de juego.	Que es educación física. Definición y conceptos. Historia de la educación física. Tiempo libre Tiempo de ocio. Clasificación de la educación física. Pre deportivos (atletismo y gimnasia).
	<b>Competencia expresiva corporal</b>	
	Identifico y ejecuto prácticas deportivas y recreativas de mi gusto y comparto con mis compañeros.	

	Competencia axiológica corporal	
	Decido la utilización adecuada y productiva de mi tiempo de juego y actividad física, en beneficio de mi calidad de vida.	
	Competencia ciudadana.	
	Optimizo mi tiempo libre de una forma adecuada y responsable en pro a mi desarrollo personal.	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Identifica posibilidades motrices adecuadas para usar su tiempo libre.	Realiza formas de juego donde se trabaja el ajuste y control corporal.	Demuestra interés por hacer un uso adecuado y creativo del tiempo libre.

Periodo: 2		
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares	Contenidos
¿Cómo puedo identificar mis condiciones y características físicas individuales para la práctica de la actividad física y los juegos y el deporte?	Competencia motriz	
	Controlo formas específicas de movimiento y duración de las mismas aplicadas e intencionadas individual y en equipo. Identifico movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. Reconozco a mis compañeros como co-constructores del juego.	Condición física. Capacidades físicas. Que es el juego. Actividad física. Clasificación del juego. Pre deportivo (baloncesto y voleybol). Proyecto: diccionario de educación física. Aparato digestivo.
	Competencia expresiva corporal	
	Reconozco e implemento movimientos y decisiones de juego y actividad física.	
	Competencia axiológica corporal	
	Valoro mi capacidad para realizar actividad física adecuada teniendo en cuenta mis condiciones personales.	
	Competencia ciudadana.	
	Reconozco mis capacidades físicas y las expreso a través del juego.	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Reconoce las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.	Desarrolla las diferentes condiciones físicas por medio de expresiones motrices individuales y colectivas.	Muestra interés por mejorar sus condiciones físicas.

Periodo: 3		
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares	Contenidos
¿Qué importancia tiene la comunicación corporal en situaciones de juego?	Competencia motriz	
	Relaciono variaciones en mi respiración en la actividad física y relajación. Aplico reglas sencillas en diferentes prácticas deportivas individuales y de grupo. Identifico hábitos y aplico acciones de vida saludable y la actividad física como parte de ella. Propongo momentos de juego en el espacio escolar.	El juego como parte fundamental en la interacción social. Imagen corporal. Cuerpo. Pre deportivo (ajedrez). Aparato musculo esquelético. Aparato respiratorio.
	Competencia expresiva corporal	
	Realizo secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.	
	Competencia axiológica corporal	
	Realizo actividad física actuando con respeto hacia mi cuerpo, el de mis compañeros y el ambiente.	
	Competencia ciudadana.	
	Identifico el juego como factor de comunicación social e interacción con el otro.	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Conoce los diferentes tipos de comunicación y los emplea en situaciones de juego.	Desarrolla habilidades de comunicación corporal y verbal asertiva en las diferentes prácticas motrices.	Asume con responsabilidad el cuidado de su cuerpo y su interrelación con los otros.