



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

Área: Educación Física Recreación y Deporte

Grado: séptimo

Docente: Deibis Andrés Tamayo

Objetivos del grado:

- Reconocer y aplicar las técnicas de movimiento en diversas situaciones de juego y contextos, en correspondencia con las relaciones de grupo y sana convivencia.
- Explorar las emociones en relación con las expresiones motrices, reconociendo el valor de estas para el desarrollo de su ser corporal y social.
- Entender la importancia práctica física en la formación personal como hábito de vida saludable individual y social.

Competencias:

- Motriz
- Expresiva corporal
- Axiológica corporal
- Ciudadanas

Periodo: 1

Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares				Contenidos
	Competencia motriz	Competencia expresiva corporal	Competencia axiológica corporal	Competencias ciudadanas	
¿Cómo reconozco mis fortalezas motrices y condiciones a mejorar a través de la gimnasia?	Componentes				
	. Controlo el movimiento en diversos espacios al desplazarme y manipular objetos. Reconozco mi condición corporal y motriz a través de la exploración	. Ejecuto y exploro diferentes posibilidades de movimientos en armonía con los ritmos, los espacios y elementos de acompañamiento, que me generen	Comprendo la importancia de utilizar mi tiempo en la práctica de la actividad física y el juego; como una manera de fortalecer mi autoestima,	* Conozco procesos y técnicas de mediación de conflictos. * Sirvo de mediador en conflictos entre compañeros y compañeras, cuando me autorizan, * fomentando el	

	<p>de modalidades gimnásticas. Aplico recomendaciones complementarias para mejorar mis condiciones y expresiones motrices. Comprendo la importancia de aplicar los criterios de trabajo para el desarrollo de personalidad. Participo en la aplicación de pruebas físicas como herramienta para conocer mis posibilidades corporales y motrices.</p>	<p>bienestary disfrute.</p>	<p>disciplina e incorporar estilos de vida saludables.</p>	<p>diálogo y el entendimiento. Apelo a la mediación escolar, si considero que necesito ayuda para resolver conflictos. *Reconozco el conflicto como una oportunidad para aprender y fortalecer nuestras relaciones.</p>	

Indicadores de desempeño			
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser	Saber
<p>Caracteriza e identifica las diferentes modalidades de la gimnasia deportiva, rítmica y artística.</p>	<p>Ejecuta sistemáticamente acciones gimnásticas como hábito de vida saludable.</p>	<p>Disfruta, motiva y posibilita la realización de actividades gimnásticas de manera individual y del grupo</p>	

Proyecto:

Periodo: 2		
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares	Contenidos
Cómo me puedo comunicar a través de mi cuerpo, mis gestos y expresiones corporales?	<p>Competencia motriz: Realizo secuencias de movimiento con duración y cadencia preestablecidas. Combino y coordino diferentes segmentos corporales en relación con diferentes ritmos y objetos. Exploro movimientos corporales rítmicos en armonía con los manifestados por el grupo</p>	
	<p>Competencia expresiva corporal: Ajusto mis movimientos a los de mis compañeros y al ritmo de la música. Genero expresiones corporales y gestuales para manifestar mis ideas y emociones al grupo.</p>	
	<p>Competencia axiológica corporal: Identifico mis fortalezas y las condiciones que debo mejorar mediante la actividad física afinada a ritmos propuestos para realizar espontáneamente, de manera individual y en parejas.</p>	
	<p>Competencia ciudadana:</p>	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
Referencia los elementos teóricos y conceptuales sobre ritmo.	Combina creativamente movimientos desde diferentes ritmos musicales	Expresa con su cuerpo diferentes ritmos acorde a un estilo musical.

Periodo: 3		
Pregunta problematizadora	Ejes de los estándares	Contenidos
¿Cómo reconozco mis cambios fisiológicos durante la actividad física?	<p>Competencia motriz: Realizo actividades de diferentes impactos, para sentir y comprender los cambios fisiológicos en la práctica de cada una de estas. Ejecuto actividades teniendo en cuenta la regulación de mis respuestas en el sistema cardiorrespiratorio. Relaciono como la práctica de la actividad física mejora las respuestas motoras y los sistemas fisiológicos.</p>	
	<p>Competencia expresivo corporal: Participo en las propuestas de juego y actividad física dentro de la clase. Comparto con la clase los resultados de mis cambios corporales, motrices y fisiológicos. Soy consciente de los resultados de mi atención y concentración durante otras clases en el aula.</p>	
	<p>Competencia axiológica corporal: Comprendo que la práctica física se refleja en mi calidad de vida y en la importancia de los valores y la ética dentro de la convivencia.</p>	

Indicadores de desempeño		
Saber conocer	Saber hacer	Saber ser
<p>Reconoce los cambios y desarrollo de las respuestas fisiológicas manifestadas dentro de la actividad física. Entiende las funciones de los sistemas cardiaco,</p>	<p>Ejecuta actividades físicas identificando los cambios y beneficios para su salud. Realiza cuadros simples que le permiten registrar los resultados y hacer seguimiento a los</p>	<p>Valora la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.</p>

respiratorio, esquelético y muscular.	cambios presentados, compartiéndolos con los compañeros de la institución.	
---------------------------------------	--	--