

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA							
CENTRO DE SERVICIOS EDUCATIVOS							
NÚCLEO EDUCATIVO DEPORTES							
EXPERIENCIAS							
OBJETIVO GENERAL				Explorar las capacidades motrices básicas a través de formas lúdicas deportivas, que permitan el reconocimiento de la corporeidad para el cuidado de su entorno y de sí mismo.			
DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ		Explorar formas básicas del movimiento y sus combinaciones en diferentes situaciones y contextos.	
				DIMENSIÓN LÚDICA		Resolver las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.	
				DIMENSIÓN COGNITIVA		Explorar y reconocer las habilidades básicas de movimiento por medio de juegos y actividades deportivas.	
UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
1					Reconoce el grupo de trabajo y sus posibilidades de movimiento	Identifica el grupo de trabajo	Vivencia el grupo de trabajo y realiza toma de datos.
2					Asocia los test físicos de entrada.	Aplica mediciones antropométricas, físicas y de flexibilidad	Realiza actividades lúdicas y dinámicas de calentamiento.
3					Diferencia los test específicos del centro de interés	Empieza pruebas físicas de gimnasia	Realiza toma de datos, toma información de datos corporales.
4					Identifica conceptos y la práctica de la motricidad gruesa	Explora patrones básicos de movimiento	Identifica la importancia de los test de saltos en carrera de impulso, lanzamiento de balón medicinal, evaluación de la resistencia aeróbica (prueba de Luc Léger).
5					Reconoce la motricidad gruesa a partir de actividades lúdicas individuales	Implementa trabajos de patrones básicos de movimiento por medio de circuitos motrices	Reconoce actividades lúdicas de flexibilidad, velocidad de desplazamiento y test de agilidad 30ds.
6					Afianza la motricidad fina por medio de herramientas didácticas que le permitan al escolar experimentar diferentes posibilidades de movimiento	Desarrolla actividades didácticas para experimentar diferentes posibilidades de movimiento en las escuelas.	Realiza el test de flexibilidad.
7					Enseña la motricidad fina por medio de herramientas didácticas	Aplica las habilidades motrices básicas	Realiza los test lúdicos de equilibrio y test de ritmo.
8					Reconoce la flexibilidad como condición fundamental en el desarrollo del centro de interés	Identifica los cuidados de la flexibilidad en el hombre y la equidad	Realiza los patrones básicos de movimiento como: gatear, caminar, trotar, correr y trepar.
9					Comprende las capacidades condicionales por medio de actividades individuales y/o grupales.	Explora ejercicios de flexibilidad tren inferior	Realiza saltos y desplazamientos con diferentes combinaciones.
10					Reconoce la capacidad condicional de la flexibilidad, por medio de ejercicios específicos.	Aplica la flexibilidad general	Identifico la importancia de los patrones básicos de movimiento.
11					Ejecuta la flexibilidad por medio de actividades individuales y/o colectivas.	Implementa la flexibilidad general	Afianza los patrones básicos de movimiento desde el desarrollo de las actividades lúdicas.
12					Vivencia el esquema corporal como medio de movimiento para el cuerpo.	Identifica ejercicios específicos que me permitan reconocer la de lateralidad.	Desarrollo tareas específicas que involucren la escritura y el dibujo.
13					Reconoce el esquema corporal.	Asocia la lateralidad corporal	Implemento ejercicios que posibiliten mejorar la coordinación de los patrones básicos del movimiento.
14					Distingue la imagen corporal	Relaciona los planos del cuerpo humano	Experimento diferentes posibilidades de movimientos desde el juego con elementos y música.
15					Comprende la imagen corporal	Enlaza los planos del cuerpo humano	Realizo trabajos motrices y lúdicos con herramientas didácticas.
16					Aprende los cambios posturales por medio de actividades pre deportivas	Reconozco los ejes de mi cuerpo a través de movimientos y juegos individuales	Realizo las herramientas de utilidad para practicar y observar.
17					Refuerza los cambios posturales por medio de juegos pre deportivos adaptados	Implementa juegos pre deportivos para aprender los ejes de mi cuerpo	Realiza juegos lúdicos de concentración y atención.
18					Reconoce los movimientos iniciales del centro de interés gimnasia	Identifica diferentes posturas	Identifico los diferentes cuidados que se deben tener para la equidad y el hombre.
19					Afianza la coordinación general a través de juegos	Distingue la coordinación dinámica (visio-manual)	Aprendo diferentes formas de juego, enfocadas en la flexibilidad
20					Afianza la coordinación general a través de juegos	Reconoce la coordinación dinámica (visio-pédica)	Identifico las habilidades en la ejecución de los diferentes ejercicios de gimnasia básica, logrando el desarrollo de la capacidad condicional flexibilidad tren inferior.
21					Explora la ubicación temporal espacial teniendo en cuenta los conceptos de velocidad y dirección	Relaciona direcciones espaciales	Realiza la flexibilidad Pasiva (Explicación - Ejercicios básicos)
22					Fortalece su ubicación temporal espacial a partir de actividades coordinativas	Reconoce otras direcciones espaciales	Ejecuto los diferentes ejercicios de gimnasia básica, logrando el desarrollo de las capacidades condicionales (flexibilidad tren inferior).
23					Identifica la importancia del equilibrio corporal en la realización de diferentes movimientos	Explora el equilibrio corporal de una forma más consciente	Vivencia formas lúdicas y juegos de roles.
24					Refuerza el concepto de equilibrio a partir de ejercicios específicos	Asume como debe ajustar su cuerpo para tener mayor equilibrio.	Desarrollo la flexibilidad estática (Ejercicios específicos de flexibilidad pasiva).
25					Empieza un acercamiento al concepto de independencia segmentaria	Explora diferentes movimientos con partes específicas de su cuerpo	Realiza ejercicios generales de flexibilidad.
26					Reconoce sus capacidades coordinativas	Interioriza acciones para reaccionar frente a situaciones en su centro de interés	Desarrollo la flexibilidad dinámica (Ejercicios específicos de flexibilidad activa).
27					Presenta una muestra inicial de las habilidades motrices	Manifiesta por medio de su cuerpo lo aprendido en el centro de interés	Explora formas básicas de flexibilidad dinámica aplicadas a formas (movimientos) y modalidades gimnásticas.
28					Construye de forma creativa una muestra inicial de las habilidades motrices	Expresa acciones motrices creativamente en el centro de interés	Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos en clase.
29							Vivencia los patrones de lateralidad e imagen corporal.
30							Reconoce la derecha e izquierda de mi cuerpo y el de mis compañeros.
31							Desarrollo posibilidades de movimiento en mi cuerpo a nivel global y segmentario.
32							Identifico el juego como un momento especial en el desarrollo de la clase. Juegos rindas tradicionales.
33							Aprendo a distinguir mi lateralidad (derecha izquierda).
34							Comprendo el concepto de lateralidad en los ejercicios gimnásticos.
35							Realizo actividades lúdicas que me ayuden a entender la lateralidad.
36							Conozco cual es el plano frontal del cuerpo por posiciones corporales.
37							Entiendo los planos corporales por medio de posiciones gimnásticas.
38							Aplico la seguridad en actividades físicas.
39							Reconozco el plano sagital de cuerpo.
40							Entiendo el plano frontal de mi cuerpo, por medio de movimientos y habilidades.
41							Vivencia el juego como un modo de aprendizaje.
42							Comprendo los ejes que componen la posición anatómica de mi cuerpo.
43							Identifico la importancia de los ejes de mi cuerpo.
44							Realizo las actividades pre deportivas orientadas por el docente.
45							Imito diferentes posiciones representando animales.
46							Chamo que sea un eje corporal.
47							Ejecuto juegos pre deportivos.
48							Aprendo las diferentes posturas y movimientos.
49							Reconozco la importancia de preparar el cuerpo para prevenir lesiones.
50							Desarrollo juegos de imitación a la gimnasia.
51							Ejecuto circuitos motrices que involucren ejercicios viso-manual.
52							Identifico los movimientos que involucran los miembros.
53							Juego de manera individual los ejercicios de coordinación.
54							Realizo ejercicios específicos que contribuyen a la identificación de la coordinación viso-pédica.
55							Exploro diferentes posibilidades de movimiento que permitan una mayor conciencia sobre la utilización de sus miembros inferiores durante la práctica.
56							Disfruto del aprendizaje a partir del juego y el desarrollo de la clase.
57							Realizo cambios de velocidad y de dirección (derecha a izquierda).
58							Reconozco las acciones motrices y cognitivas que he adquirido.
59							Aprendo los beneficios corporales por medio del juego.
60							Asocio diferentes ejercicios de coordinación viso-manual con el ubicame. (arriba-abajo).
61							Distingo la dirección adelante-atrás, a partir de ejercicios de coordinación viso-pédica.
62							Demuestro mayor reconocimiento de mi ubicación temporal espacial a partir de retos.
63							Realizo diferentes posturas corporales que me permitan poner en práctica mi equilibrio.
64							Aplico el equilibrio de una forma más consciente al pasar varios obstáculos.
65							Participo de forma activa en un juego de imitación de posturas.
66							Demuestro cuando estoy ajustando mi cuerpo al realizar las actividades y cuando no.
67							Relaciono un mayor equilibrio al realizar más ajuste de mi cuerpo.
68							Busco fortalecer mi ajuste corporal a partir de formas lúdicas.
69							Implemento ejercicios sencillos que impliquen al menos dos segmentos de mi cuerpo, en diferentes movimientos.
70							Practico la secuencia sencilla indicada por el docente, que me permita poner a prueba que tan fácil o difícil me resulta realizar ejercicios de independencia segmentaria.
71							Muestro a mis compañeros lo logrado y disfruto más allá de los aciertos y errores.
72							Examinó las diferentes situaciones presentadas en las actividades del centro de interés y actuó de acuerdo a las indicaciones dadas.
73							Vivencio por medio de formas lúdicas las acciones personales que debo realizar a la hora de actuar.
74							Aprendo de las actividades planteadas en el centro de interés, y reaccionando frente a éstas de la forma más eficiente para satisfacción personal y grupal.
75							Juego ejercicios de posturas corporales, mantenidos en un tiempo y lugar determinado.
76							Demuestro la flexibilidad corporal adquirida en el centro de interés
77							Disfruto de la hora de la práctica deportiva, aprovechando las situaciones lúdicas.
78							Realizo ejercicios de desplazamiento, saltos, giros, tancamientos, recepciones de forma creativa.
79							Indicando el reconocimiento del manejo del tiempo y el espacio en las actividades propuestas
80							Disfruto el juego participando activa y creativamente en la sesión de clase.



OBJETIVO GENERAL					HOMBRE		
DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					Dominar las capacidades motrices básicas, a través de formas lúdicas, que permitan el reconocimiento de su corporalidad generando habilidades que fortalezcan sus capacidades físicas para el cuidado del entorno y de sí mismo.		
					Dominar fundamentos básicos de la gimnasia y sus diferentes contribuciones.		
					Practicar las reglas del juego en el centro de interés, respetando las opiniones de sus compañeros.		
					Relacionar conceptos y movimientos en secuencias o enlaces de esquemas de piso, salto en trampolín y destrezas básicas de forma lógica y ordenada.		
BASE 10	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
17	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Emplea habilidades básicas para el desarrollo del rollo atrás mediante educativos	Realiza ejercicios educativos para el trabajo en suelo	Realiza diferentes ejercicios para mejorar el desarrollo del rollo atrás. Comprende la importancia de la postura corporal para realizar rollo atrás. Desarrolla ejercicios educativos de rollo utilizando giros.
18					Trabaja habilidades básicas de la gimnasia para la ejecución del rollo atrás y adelante a través de ejercicios educativos	Implementa ejercicios educativos para el trabajo en suelo	Trabaja la técnica y desarrollo del rollo adelante y atrás. Comprende la ejecución correcta del rollo adelante y atrás. Utiliza materiales externos para el desarrollo del rollo adelante y atrás.
19					Domina las habilidades gimnásticas por medio de los ejercicios básicos de la misma	Desarrolla los ejercicios requeridos para los elementos iniciales de la gimnasia	Maneja ejercicios de equilibrio dinámico y estático para el desarrollo de los elementos básicos. Entiende el desarrollo de las habilidades básicas y ejecutó con las indicaciones dadas.
20					Desarrolla las habilidades básicas del equilibrio específicas de la gimnasia	Realiza el trabajo básico de equilibrio en los elementos gimnásticos	Reconoce la importancia de ejecutar adecuadamente los elementos básicos de gimnasia. Realiza enlaces correctos con los elementos aprendidos.
21					Emplea las habilidades coordinativas básicas de la gimnasia	Demuestra dominio de capacidades coordinativas en elementos gimnásticos	Maneja la música de acuerdo a los elementos aprendidos. Realiza las capacidades de cada elemento aprendido. Fortalece desplazamientos básicos del cuerpo.
22					Afianza las habilidades coordinativas como el equilibrio dinámico	Aplica capacidades coordinativas en aparatos	Realiza las habilidades aprendidas en la ejecución de las armas. Utiliza estructuras de juego para mejorar giro. Ejecuta habilidades motrices de equilibrio.
23					Ejecuta ejercicios que fortalezcan las habilidades coordinativas básicas como equilibrio dinámico y estático	Desarrolla capacidades coordinativas por medio de la saltabilidad	Identifica los tipos de equilibrio dinámico y estático. Adapta en cuerpo al juego musical (mapeo) al equilibrio. Realiza saltos motivantes de saltabilidad.
24					Afianza los procesos de gimnasia artística adaptada	Aplica conceptos claves de la gimnasia artística	Identifica las capacidades coordinativas como base fundamental de la gimnasia. Realiza saltos aprendidos en juegos. Comprende la importancia de escuchar los diferentes sonidos para la construcción de un esquema.
25					Ejecuta ejercicios que fortalezcan las capacidades coordinativas	Afianza las capacidades coordinativas	Comprende una coreografía sencilla. Ejecuta formas básicas de movimientos y ritmo. Desarrolla habilidades coordinativas que fortalezcan la coordinación.
26					Ejecuta movimientos que afianzan las capacidades coordinativas	Aplica capacidades coordinativas en ejercicios gimnásticos	Realiza movimientos entre estructuras y estructuras rítmicas sencillas en gimnasia. Comprende los desplazamientos ritmicos en gimnasia. Realiza de salto a diferentes coreografías.
27	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Afianza el proceso formativo del escalador (retroalimentación - festival de gimnasia)	Fortalece habilidades gimnásticas desde capacidades coordinativas (diferenciación)	Realiza de salto a diferentes coreografías. Coordina de forma general y específica habilidades gimnásticas. Diferencia fundamentos de suelo, aparato, gimnasia rítmica y artística. Aplica esquemas gimnásticos individuales o por parejas.
28					Valora el progreso del estudiante dentro del centro de interés (retroalimentación - festival de gimnasia)	Ejecuta habilidades gimnásticas con precisión, economía y eficacia (coordinación general)	Discrimina habilidades gimnásticas desarrolladas en el centro de interés. Realiza coreografía sencilla y elementos aprendidos. Presenta esquemas gimnásticos individuales o por parejas.
29					Realiza enlaces o esquemas sencillos	Muestra la apropiación de las habilidades gimnásticas básicas a partir de esquemas sencillos	Ejecuta esquemas sencillos, con todas las habilidades gimnásticas básicas aprendidas en el centro de interés. Muestra la coordinación entre las habilidades gimnásticas y el ritmo de la música y/o coreografía. Difunde la muestra de los diferentes esquemas gimnásticos.
30					Determina los enlaces o esquemas sencillos en su ejecución	Apropia las habilidades gimnásticas básicas a partir de esquemas sencillos	Armoniza las habilidades gimnásticas y la coreografía del esquema. Muestra cada una de las habilidades aprendidas en el centro de interés. Soa de la participación en la creación y muestra de los diferentes esquemas gimnásticos.
31					Identifica las habilidades de la gimnasia rítmica adaptada	Demuestra capacidades coordinativas desde habilidades de gimnasia rítmica	Ejecuta armónicos rítmicos y combinaciones con implementos. Interioriza conceptos de lanzamientos rebotes y combinaciones con implementos. Realiza con el balón diferentes toques partes del cuerpo mientras me divierto y aprendo.
32					Realiza destrezas básicas de la gimnasia rítmica adaptada	Ejecuta ejercicios desde las capacidades coordinativas manipulativas	Desarrolla figuras simples de la gimnasia rítmica con cinta. Realiza ejercicios de espirales, zigzag, zigzagues, con el implemento de la cinta. Vivencia lúdicamente una coreografía musicalizada libre.
33					Afianza las habilidades gimnásticas acrobáticas adaptadas	Consolida capacidades coordinativas	Realiza ejercicios acrobáticos de equilibrio estático en 1, 2, 3 y 4 apoyos. Comprende el equilibrio estático y su implementación en figuras gimnásticas. Aplica diferentes apoyos en el desarrollo de fuerza jugada.
34					Fortalece las habilidades gimnásticas acrobáticas adaptadas	Consolida capacidades coordinativas	Demuestra dominio en ejercicios gimnásticos de equilibrio dinámico como desplazamientos, ruedas y posiciones invertidas. Entiende la importancia de las líneas corporales en desplazamientos y destrezas gimnásticas para mantener la estabilidad corporal.
35					Aplica un apropiado ajuste postural en el trampolín adaptado	Ejecuta acciones motrices desde capacidades coordinativas de acoplamiento	Ejecuta armónicos acrobáticos de formas usadas. Ejecuta en desde postura en habilidades de salto. Comprende la importancia del ajuste postural en el trabajo con trampolín.
36					Evidencia una orientación sobresaliente en el trabajo de trampolín adaptado	Domina en orientación tiempo espacial en ejercicios y saltos con el trampolín	Realiza saltos con val, 1/2, 3/4 y a rotación en el que valen. Usa direcciones cardinales para orientarse en la ejecución de giro en el trampolín. Pasa libremente de altura con la experimentación de nuevas sensaciones.
37	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Domina ejercicios simples en el trampolín adaptado	Demuestra dominio en habilidades motrices básicas de carrera y salto en el trampolín (capacidades coordinativas diferenciación)	Ejecuta de forma eficiente y precisa combinación de carrera y salto en el trampolín adaptado. Encuentro la importancia de la técnica de carrera y ataque al trampolín. Experimento libremente figuras en el salto con trampolín.
38					Domina ejercicios simples en el trampolín adaptado	Realiza el esquema motor en diferentes formas de saltar en el trampolín (capacidades coordinativas)	Realiza variaciones de salto a trampolín desde diferentes alturas, obstáculos o retos. Realiza en esquema motor a la capacidad que realice el salto. Comparto con mis compañeros sensaciones, sentimientos y experiencias de salto en el trampolín.
39					Presenta una muestra final gimnástica	Muestra las habilidades gimnásticas básicas a partir de esquemas pre nivel usag	Ejecuta esquemas de pre nivel USAG, aprendidas en el centro de interés. Muestra la coordinación entre las habilidades gimnásticas y el ritmo de la música y/o coreografía. Difunde la muestra gimnástica final.
40					Participa creativamente de la muestra final gimnástica	Combina acertadamente habilidades gimnásticas básicas a partir de esquemas pre nivel usag	Armoniza las habilidades gimnásticas y la coreografía del esquema. Realiza cada una de las habilidades aprendidas en el centro de interés. Soa de la participación en la práctica y muestra de los diferentes esquemas gimnásticos pre niveles USAG.







JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA								
CENTRO DE INTERÉS GIMNASIA								
MALLA CURRICULAR CICLO 2								
EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL						Analizar por medio de la exploración de habilidades motrices, sociales y de expresiones lúdicas la capacidad de el estudiante de reconocer su cuerpo en diferentes fasetas, que permitan en el escolar su desarrollo integral.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Reconocer los fundamentos básicos de movimiento en diversas situaciones y contextos.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Explorar el juego como un momento especial en mi centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Conocer y valorar mi cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de mis posibilidades.	
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN LÚDICO - MOTRIZ		
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1					Desarrolla actividades lúdicas que les permitan conocer a sus compañeros.	Reconoce su contexto y el de sus compañeros, a partir de la descripción que comparten en clase.	Experimento a partir de actividades lúdicas, diferentes posibilidades de comunicarme con mis compañeros. Desarrollo actividades que me permiten trabajar en equipo. Realizo ejercicios que conlleve a la sana diversión a través del juego.
	2					Aplica diferentes test físicos, que permitan medir y valorar las diferentes capacidades coordinativas y condicionales básicas de los estudiantes.	Conoce su estado físico corporal, a través de las diferentes pruebas físicas y las medidas antropométricas.	Identifico el índice de masa corporal a través de la talla y el peso. Distingo las diferentes pruebas físicas, que me permite conocer mi desempeño frente a las capacidades coordinativas y condicionales. Reconozco mis habilidades y debilidades a través de los resultados de los test físico y medidas antropométricas.
2	3					Establece relaciones entre los términos: capacidades coordinativas y condicionales en las pruebas físicas.	Explora diferentes test físicos, que permitan conocer, medir y valorar mi desempeño en relación a las capacidades coordinativas y condicionales básicas en la gimnasia.	Reconozco en qué consiste las capacidades condicionales de Fuerza y resistencia. Diferencio los diversos test que nos permitan medir las capacidades condicionales fuerza y resistencia. Ejecuto ejercicios que conlleve a la sana diversión a través del juego.
	4					Reconoce las diferentes capacidades coordinativas, capacidades condicionales y flexibilidad, mediante las pruebas físicas.	Asocia los diferentes test físicos, con los cuales puedo medir y valorar las diferentes capacidades coordinativas y condicionales básicas en la gimnasia.	Realizo la aplicación del test físico encargado de medir la capacidad condicional de velocidad. Identifico qué tan flexible es mi cuerpo a partir de la aplicación de un test físico . Desarrolla juegos didácticos que posibiliten oportunidades para el desarrollo físico, intelectual, social y emocional.
3	5					Explora diferentes ejercicios encaminados a fortalecer las capacidades coordinativas básicas.	Identifica sus capacidades coordinativas, a partir de la realización de ejercicios específicos buscando de esta manera corregir la técnica de los mismos.	Realizo ejercicios que conlleven a mejorar la coordinación de los patrones básicos del movimiento de caminar y correr. Desarrollo ejercicios de control corporal que me ayuden a ajustar el balance de mi cuerpo mediante actividades de relajación. Analizo diversas situaciones de juego y doy respuesta a ellas.
	6					Desarrolla ejercicios físicos que le permiten fortalecer las capacidades coordinativas básicas.	Fortalezca las capacidades físicas coordinativas a partir de ejercicios específicos asignados por el formador.	Realizo ejercicios que posibiliten mejorar la coordinación de los patrones básicos del movimiento específicamente lanzar, atrapar y saltar. Aplico ejercicios de relajación que me permita fortalecer el control corporal. Ejecuto actividades lúdicas que involucren el desarrollo de la expresión corporal.
4	7					Implementa ejercicios físicos dirigidos a fortalecer las capacidades coordinativas generales.	Identifica las capacidades físicas coordinativas en la realización de ejercicios físicos y juegos que permitan un mayor desarrollo integral.	Identifico y exploro los conceptos de equilibrio, ritmo, anticipación, por medio de la práctica de ejercicios motrices. Realizo ejercicios que implican el manejo de diferentes posiciones básicas de la gimnasia como extensión, carpado y equilibrio. Desarrollo la creatividad, con miras a fortalecer habilidades socioemocionales entre pares.
	8					Identifica las capacidades coordinativas generales, por medio de actividades lúdicas y ejercicios específicos.	Desarrolla actividades lúdicas que me permiten mejorar la coordinación.	Exploro diferentes posibilidades de movimiento donde se evidencie el proceso de orientación y diferenciación. Participó de forma activa y continua en las actividades lúdicas. Identifico y realizó cuales son las posiciones de gimnasia agrupado y horcajadas.
5	9					Identifica en qué consiste la flexibilidad, explorando el mayor rango de amplitud de sus articulaciones.	Identifica ejercicios específicos que me permitan reconocer la flexibilidad que posee mi cuerpo.	Exploro las diferentes clases de flexibilidad (pasiva, asistida, resistida) por medio de formas jugadas. Identifico las diferentes posiciones de la gimnasia (split, spagat, arco.) por medio de la práctica del mismo. Participo de juegos lúdico recreativos, que me permita mejorar mi condición física.
							Realizo los diferentes ejercicios expuestos por el formador, que me permiten ir mejorando la fuerza general de mi cuerpo.	

	10					Capítulo 103. Capacidades condicionales por medio de actividades individuales y/o grupales.	Ejecuto ejercicios de fuerza que me ayuden a mejorar el control y la percepción de mi cuerpo.	Exploro las posiciones de (Canoa, de hort.) a través de ejercicios de asimilación. Efectuo juegos lúdicos que me permita mejorar el ajuste de mi cuerpo al realizar posiciones específicas.
6	11					Reconoce las capacidades condicionales, por medio de ejercicios específicos.	Identifica ejercicios físicos de fuerza que me permiten mejorar el desempeño en los diferentes elementos gimnásticos.	Realizo diversas formas de ejercicios de fuerza, que conduzcan a una mayor adaptación anatómica. Asimilo las fases para elaborar ejercicios específicos asignados por el formador, que den cuenta de la asimilación de las posturas de canoa y de hort. Manifiesto mediante el juego, mis condiciones para la práctica de la gimnasia.
	12					Identifica elementos que integran el esquema corporal, y busca fortalecerlos.	Explora diferentes técnicas, que me permitan mejorar el desarrollo de mi esquema corporal.	Exploro ejercicios que permitan mejorar de forma general la lateralidad e independencia segmentaria. Realizo ejercicios que fortalezcan y desarrollen los elementos que comprenden el esquema corporal. Participo activamente en la práctica de formas jugadas.
7	13					Relaciona las capacidades condicionales, con las actividades individuales o grupales realizadas en clase.	Desarrolla ejercicios que fortalezcan el proceso de traslación y el esquema corporal.	Desarrollo ejercicios que me permiten mejorar la rapidez de traslación en los movimientos que ejecuté. Exploro ejercicios de coordinación general con los cuales se pueda involucrar la lateralidad y la independencia segmentaria. Apropio las normas establecidas en concordancia con los compañeros y formador, para la realización de actividades y/o juegos.
	14					Explora las capacidades condicionales, con las actividades individuales o grupales realizadas en clase.	Asimila ejercicios los cuales se permite mejorar los diferentes elementos gimnásticos.	Realizo ejercicios que permitan mejorar la rapidez de traslación que a futuro voy a aplicar en los diferentes elementos de gimnasia. desarrollo ejercicios que comprenden el esquema corporal, con miras a mejorar la lateralidad e independencia segmentaria. Participo en diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés.
8	15					Identifica las capacidades condicionales, a partir de ejercicios específicos y actividades lúdicas.	Reconoce y desarrolla ejercicios específicos de velocidad que fortalecen mis habilidades gimnásticas.	Desarrollo las actividades propuestas para fortalecer la velocidad de traslación. Reconozco desde diferentes juegos y actividades específicas mi lateralidad y mi independencia segmentaria. Construyo desde el juego escenarios que fortalecen mi aprendizaje.
	16					Fortalece la flexibilidad desde ejercicios específicos y actividades jugadas.	Fortalece la flexibilidad y la aplica en las diferentes posiciones gimnásticas básicas.	Identifico los tipos de flexibilidad: pasiva, asistida, resistida y establezco sus diferencias. Identifico los tipos de flexibilidad y los aplico en ejercicios específicos de la gimnasia, el split, spagat y arco. Identifico desde el juego componentes que fortalecen mi desarrollo y aprendizaje.
9	17					Desarrolla ejercicios para fortalecer las capacidades y habilidades en la iniciación gimnástica.	Afianza la fuerza corporal y realizo fundamentación de ejercicios de suelo.	Desarrollo ejercicios en dónde se aplica la fuerza abdominal y en brazos. Reconozco, identifico y aplico los movimientos para ejecutar Vela.
	18					Identifica elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Identifica elementos de fundamento de suelo y los fortalezo.	Utilizo el juego como estrategia que permite incrementar el gusto y el goce de las actividades, como punto de partida para mejorar mi proceso de formación. Identifico los ejercicios isométricos y los realizo. Realizo el rollo adelante (agrupado), a partir de fases de movimientos. Participo de actividades lúdicas por grupos o pares, para fortalecer la comunicación.
10	19	En la primera semana, se realiza la siguiente actividad:	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad:	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad:	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad:	Promueve movimientos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Fortalece e identifica la fuerza, como capacidad fundamental en la realización de elementos de fundamento de suelo.	Ejecuto ejercicios de fuerza que conduzcan a lograr adaptación anatómica necesarias. Participo activamente en la realización del rollo adelante (extendido) a partir de fases de movimiento. Desarrollo Formas jugadas como estrategia pedagógica de formación integral del escolar.
	20	1. En familia se jugará a la pirinola donde cada que se lance la pirinola todos en familia deben realizar una actividad, ya sea motriz o artística. Reconocimiento personal se identificaran las manifestaciones de emociones, agrado y desagrado, respeto y colaboración, compartir, trabajo en comunidad en la participación. relaciones en la familia. identificar emociones en la familia	1. Se usarán 6 pequeños recortes de papel de color, se dará la indicación al estudiante de escribir en tres de ellos lo que no le gusta de sus familiares y en los otros tres las cosas que más le gustan de sus familiares, generando un reconcomiendo de emociones en su entorno y aspectos a valorar y mejorar.	1. Se realizará el juego del tingo tingo tango pasando un objeto de mano a mano donde los estudiantes tendrán que encontrar parejas los cuales vestirán del mismo color sin importar el genero y también representarian algún valor (respeto, solidaridad, honestidad, tolerancia, amistad, igualdad)	1. Los escolares realizarán un collage y relaciona cada imagen elaborada por ellos, demostrando en cada imagen la diversidad de personas que existe en un su entorno, hogar, colegio, barrio, ciudad, mostrando, cómo se interpreta ser un buen ciudadano	Reconoce los movimientos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Realiza ejercicios de equilibrio que conlleven a un mayor dominio corporal.	Propongo diferentes ejercicios que impliquen la aplicación del equilibrio dinámico. Exploro y práctico el rollo atrás (agrupado) a partir de fases de movimientos. Participo de actividades de formas jugadas como estrategia pedagógica de formación integral del escolar.
11	21					Explora las habilidades básicas y elementos específicos de la gimnasia para idear una rutina	Mejora la ejecución de los elementos específicos a incluir en una rutina	Practico las habilidades básicas como caminar, trotar, saltar con las características que requiere la gimnasia Mejoro la ejecución de las posiciones básicas de extensión, carpado, agrupado, canoa, arco, apoyo semi-invertido e invertido manejando el ajuste y postura corporal Ejercito elementos gimnásticos básicos mejorando la técnica de la ejecución
	22					Maneja patrones de movimientos básicos como preámbulo a elementos gimnásticos más complejos a incluir en la rutina	Progresar en la realización de elementos más complejos a trabajar en suelo para la rutina	Conozco progresiones en la realización de las diferentes rutinas de la gimnasia. Exploro posiciones iniciales y finales estáticas para el comienzo de una rutina Afianzo elementos complejos a tener en cuenta para la secuencia de la rutina
								Identifico ejercicios que conlleven a explorar los diferentes saltos básicos de forma estática forma estática.

12	23					Reconoce las nociones de los saltos basicos	Implementa movimientos de saltos desde diferentes alturas	Exploro ejercicios de saltos de forma coordinada con desplazamiento. Ejecuto ejercicios de saltos combinando de forma alternada cada uno de ellos, con desplazamiento.
	24					Realiza habilidades de saltos gimnásticos y los aplica en una secuencia sencilla	Afianza la habilidad de saltos gimnásticos, a partir de secuencias rítmicas	Realizo acciones de saltos de forma coordinada, buscando suspensión en el aire. Fortalezco la saltabilidad realizando secuencias de saltos de mayor dificultad. Desarrollo secuencias de saltos gimnásticos de forma rítmica,
13	25	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomoda a la sesión clase:	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:	Identifica las combinaciones musicales y desarrolla su sentido del ritmo para ejecutar elementos con música de forma grupal e individual.	Explora diferentes ritmos que le permitan desarrollar y mejorar su desempeño en relación a su capacidad coordinativa, a partir del movimiento.	Apropio ejercicios de combinaciones musicales, que me permiten mejorar mi sentido del ritmo. Reconozco con movimiento simples los diferentes ritmos y los acoplo en coreografías o esquemas cortos. Participo en el desarrollo de juegos, creando coreografías con movimientos simples e integrando a mis compañeros, generando momento de juego y aprendizaje. Realizo movimientos rítmicos combinados con elementos de la gimnasia, consiguiendo la ejecución de una rutina corta de forma armoniosa.
	26	1. Se plantea una interacción entre los estudiantes que permitan la manifestación de emociones de Emojis donde NNJ escoge un emoji para expresar cómo se siente y posteriormente lo exterioriza con palabras. 2. se realiza una reflexión haciendo preguntas como ¿los hombres y las mujeres tienen los mismos derechos? ¿un niño puede vestir color rosa? ¿cómo crees que se puede hacer valer tus derechos?, cada estudiante da su opinión	1. Se hará una dinámica que permitan la interacción de padres e hijos denominada Gancho humano, en donde el padre o madre colocara la mayor cantidad de prendas de vestir al escolar, posteriormente se contarán las prendas y socializa la experiencia de padres e hijos. 2. en familia se realizará una reflexión sobre los roles que les damos a los niños en el hogar, así como el equilibrio a la hora de distribuir las responsabilidades.	1. se compartirá un video deportivo, se le dirá al estudiante que dibuje lo que él interpreta del video, teniendo encuenta que se pueden practicar sin importar el género. (video valores en el deporte) 2. Se proyectara un video referente a la igualdad de género, se realizara un dibujo donde cada niño y niña expresara lo que entendió de este video.	1. se realizará una sopa de letra donde los estudiantes subrayan palabras relacionadas a la igualdad de género con relación al deporte. 2. se realizará un crucigrama identificando palabras de deporte y género, se hará un trabajo en origen ( come galletas, opcional) donde se plasmarán las ideas principales de los niños y niñas referente al tema de igualdad de género en el deporte.	Desarrolla ejercicios que le permiten la combinación de elementos y movimientos con música de forma sincrónica.	Identifica sus capacidades coordinativas, a partir de la realización de ejercicios musicalizados específicos buscando de esta manera corregir la técnica de los mismos.	Implemento las actividades realizadas, buscando el desarrollo de diferentes actividades y movimientos musicalizados de forma coordinada. Experimento a través de juegos grupales, nuevos ritmos que me hagan sentir cómodo conmigo mismo y permitan desarrollar mi sentido del ritmo de forma natural. Identifico los ejercicios a realizar en cada estación así como el orden de paso de cada uno de ellos.
14	27					Demuestra habilidades y destrezas motrices de manera individual a través de estaciones ya establecidas por el formador	Estimula el desarrollo de la motricidad, las habilidades específicas entorno a la iniciación de diferentes ejercicios básicos de la gimnasia	Disfruto de un ambiente sano y amigable, al mismo tiempo fortalezco mis habilidades motrices Utilizo mis capacidades físicas, habilidades motrices y el conocimiento de mi cuerpo para adaptar el movimiento a cada situación motriz. Demuestro mucho interés por aplicar correctamente los fundamentos técnicos de cada ejercicio aprendido hasta el momento
	28					Vivencia un espacio recreo deportivo con nuevas formas de aprendizaje utilizando las habilidades motrices de acuerdo a la etapa de aprendizaje.	Explora múltiples posibilidades socio-motrices, que permitan la elaboración de destrezas y habilidades propias del deporte de la gimnasia	Participo en el desarrollo del chequeo inicial, ejecutando ejercicios acrobáticos vistos en clase así como ejercicios de postura y flexibilidad. Supero la timidez, fortaleciendo mi autoestima, autoconfianza y autocontrol.
APROPIACIÓN								
OBJETIVO GENERAL						Desarrollar y apropiar habilidades y destrezas de la gimnasia, mediante actividades lúdicas y deportivas, que le permitan al escolar fortalecer sus capacidades técnicas generando autonomía y confianza.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Fortalecer mi cuerpo (capacidades condicionales y esquema corporal), en pro de tener un mejor desempeño en la realización de elementos gimnásticos.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Analizar diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprender la gimnasia como una alternativa para la iniciación deportiva y el mejoramiento de las habilidades físicas.	
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
15	29					Aplica conceptos de formación para la iniciación gimnástica	Asocia el esquema corporal mediante el desarrollo de ejercicios específicos y los fundamentos de suelo	Desarrollo habilidades y destrezas básicas con especial incidencia en equilibrio estático y dinámico. Fortalezco la técnica del rollo atrás agrupado a partir de la práctica. Distingo las acciones que fomentan mi aprendizaje por medio de las diferentes formas jugadas.
	30					Relaciona elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia, fortaleciendo su ejecución.	Identifica la implicación que tiene la flexibilidad en varios elementos de fundamento de suelo.	Realizo ejercicios de flexibilidad (Balística), enfocado en el tren inferior de mi cuerpo. Desarrollo rollo atrás (extendido), a partir de fases del movimiento. Participo de actividades de formas jugadas como estrategia pedagógica de formación integral del escolar.
16	31					Adopta ejercicios guiados, con miras a fortalecer elementos propios de la iniciación gimnástica.	Apropia los diferentes fundamentos de suelo y los fortalezco.	Experimento ejercicios de percepción y control del cuerpo. Practico invertidas con split en un espacio seguro. Participo de formas jugadas como estrategia pedagógica de formación.
	32					Identifica elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia, como punto de partida para la práctica de elementos gimnásticos de mayor complejidad.	Fortalece el equilibrio y desarrollo un mayor control postural, que favorece la práctica de elementos básicos de la gimnasia.	Vivencio ejercicios que potencializan mi equilibrio estático y control postural. Identifico las fases de movimiento que se necesita para realizar mosquito e invertida en tres apoyos (parada de cabeza). Comprendo que el juego fortalece mis habilidades sociales.
	33	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:		En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	Comprende los ejercicios y actividades que fortalecen el desarrollo de las capacidades y habilidades en la iniciación gimnástica.	Reconoce la capacidad de mi cuerpo para realizar fuerza y la aplico en los diferentes ejercicios gimnásticos.	Experimento ejercicios isométricos que fortalecen mi desempeño. Practico la posición invertida en 2 apoyos con ayuda (Pared, objeto o persona). Experimento el juego como formas de integración grupal e individual.

17	34	Juego en familia  El estudiante aplicará el derechos a la participación, a través de la formación en los valores de la cooperación, la empatía, la responsabilidad y el respeto, para la formación de la personalidad.	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad  1. Construyendo juntos entornos protectores el formador solicitará al grupo familiar que organicen en casa una galería con fotos familiares o dibujos que la representen y explicar, porque fueron momentos importantes en el grupo familiar, el formador realiza la retroalimentación, a partir de la siguiente pregunta ¿Será que nuestra historia determina la forma de relacionarnos o no? Finalmente, el formador cerrará la actividad Indicando a los participantes que con esta actividad se buscaba reflexionar acerca de cómo la historia familiar de cada persona, sus costumbres, sus experiencias, la influencia de los territorios, la divergencia entre los escenarios urbanos y rurales configuran a las familias.	sesión de clase:  Tiene como objetivo incentivar y fomentar el sentido de pertenencia de los escolares hacia el colegio.  1. En una hoja blanca el estudiante se dibujará con el uniforme del colegio, en la parte superior de la hoja deberá escribir lo que mas le gusta del colegio, en la parte derecha de la hoja escribirán las materias favoritas, en la parte izquierda las materias que no le gustan y finalmente en la parte inferior lo que no les gusta del colegio. Deberán exponer su dibujo a sus compañeros y mirar si hay similitudes entre ellos mismos.  2. Se proyectará un video acerca de ¿Cómo cuidar el medio ambiente?, Una vez finalizado el video se realiza una reflexión general y por consiguiente, cada estudiante realizará un decálogo de como cuidar el medio ambiente desde nuestros hogares una vez finalizado se realiza una socialización y compromisos ha realizar en casa en base a la concientización realizada.	El estudiante descubrirá que tanto cuidado y amor tiene por su cuerpo como territorio sano para realizar un deporte.  1. video <a href="https://youtu.be/u2MkPUl0o7U">https://youtu.be/u2MkPUl0o7U</a> El estudiante observará con atención el tema aque hace referencia el video "Hay que comer hortalizas". Luego se les pasará unos dibujos donde aparecen diferentes tipos de alimentos. El deberá colorear e identificar con sus nombres los alimentos que son sanos y necesarios para tener un cuerpo saludable concluyendo con sus palabras porque cree que estos alimentos les sirven para llegar a practicar un deporte.  2. Cuento "El Príncipe Cenciento" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=suq_ONP_0bE&amp;ab_channel=igualdaddiversidad">https://www.youtube.com/watch?v=suq_ONP_0bE&amp;ab_channel=igualdaddiversidad</a> El estudiante reflexionara acerca del rol que han desempeñado el hombre y la mujer a lo largo de las generaciones . Una vez leído el cuento proponemos a) Que ideas les sugiere el cuento y cual es la moraleja b) Que se inventen un cuento corto de tema libre que fomente la igualdad de oportunidades y	Identifica elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Fortalece el equilibrio para generar mejores resultados al realizar elementos de fundamentación de suelo.	Busco fortalecer mi equilibrio de forma estática, a partir de ejercicios de percepción y control del cuerpo.  Realizo invertida en dos apoyos, buscando caer en posición extendida.  Implemento actividades de reto, que incentiven a los estudiantes a mejorar aún más en los elementos trabajados hasta el momento de fundamentación de suelo.
	35	El trabajo se desarrollará con el grupo familiar:				Implementa variación de elementos ya fortalecidos, que corresponden a la iniciación gimnástica.	Emplea ejercicios de fuerza para el tren superior, fortaleciendo los elementos que corresponden a la fundamentación de suelo.	Empleo la fuerza de las extremidades superiores al realizar diferentes ejercicios.  Reconozco, identifico y aplico el proceso para ejecutar pescado.  Juego con las herramientas propiciadas por el Formador y sigo las indicaciones sobre la forma en que se va a desarrollar las actividades (individual, en parejas o grupal).
18	36	1. El gusano: Se ubica la familia en una hilera tomados de las manos, uno al lado del otro y en un extremo se coloca un ARO.  Sin soltarse de las manos deben ir pasando el aro, trabajando en equipo.  Todos irán realizando movimientos con su cuerpo, que ayuden para el paso del aro de cuerpo en cuerpo. Lo importante es que todos aporten de forma respetuosa, tengan tolerancia, cumplan con la regla y lo realicen en el menor tiempo posible.				Explora ejercicios y actividades que fortalezcan el desarrollo de las capacidades y habilidades en la iniciación gimnástica.	Fortalece y mejora la flexibilidad, para lograr un mayor desempeño al realizar elementos básicos de la gimnasia.	Ejecuto actividades que contribuyan a mejorar la flexibilidad de mi espalda y hombros.  Reconozco las fases de movimientos para realizar de forma adecuada el arco.  Participo de los juegos y actividad recreativas, entendiendo que apartir de ello puedo forjar aprendizajes.
	37	2. Viste la estatua: El grupo familiar se divide en dos subgrupos y escogen un participante del grupo quien será la estatua, este se ubicará a seis metros de distancia o más. Cada grupo se forma en fila y el primero de cada grupo debe tener un				Reconoce elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Identifica la implicación que tiene la flexibilidad en varios elementos de fundamento de suelo.	Realizo ejercicios de flexibilidad (Balística), enfocado en el tren inferior de mi cuerpo.  Desarrollo rollo atrás (extendido), a partir de fases del movimiento.  Participo de actividades de formas jugadas como estrategia pedagógica de formación integral del estudiante.
19	38					Adopta ejercicios guiados, con miras a fortalecer elementos propios de la iniciación gimnástica.	Apropia los diferentes fundamentos de suelo y los fortalezo.	Experimento ejercicios de percepción y control del cuerpo. Practico invertidas con split en un espacio seguro. Empleo formas jugadas como estrategia pedagógica de formación.
	39					Identifica elementos que hacen parte de la iniciación a la gimnasia fortaleciendo su ejecución.	Explora ejercicios específicos de fuerza, que permitan fortalecer elementos de fundamento de suelo	Practico ejercicios de fuerza para tren superior indicados por el formador.  Experimento y realizo posición de quinta, a partir de diferentes fases de movimientos.  Utilizo formas jugadas como estrategia pedagógica de formación.
20	40					Identifica diferentes posiciones rítmicas que se trabajan en la fase de iniciación a la gimnasia.	Fortalece el equilibrio corporal y reconozco algunas posiciones rítmicas básicas.	Identifico cómo debo adecuar mi cuerpo para mantener el equilibrio estático.  Ajusto mi cuerpo a las posturas de relevé y passé.  Realizo juegos cooperativos que involucren ejercicios con posturas.
	41	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:		Compara diferentes posiciones rítmicas que se trabajan en la fase de iniciación a la gimnasia.	Fortalece el equilibrio corporal y reconozco algunas posiciones rítmicas básicas.	Identifico cómo debo adecuar mi cuerpo para mantener un equilibrio dinámico.  Distingo y ajusto mi cuerpo a las posturas de chasse y arabesque.  Desarrollo juegos simbólicos que faciliten las postura de carpado.
21	42	Buenos hábitos:  1. Se realizara una cartelera denominada ¡Buenos hábitos! la cual tendrá como objetivo mejorar los hábitos de los escolares; Cada clase se integrara a esta cartelera un habito nuevo y se socializara como se siente al levantarse y seguir el paso a paso de la cartelera que realizamos y cambiar sus hábitos de vida diaria también se les preguntara si su familia nota cambios en su comportamiento al realizar estas nuevas actividades.	1. Esquís familiares Con esta idea, además de competir de forma divertida, fomentamos el trabajo en equipo. No hay otra manera de ganar que haciéndolo juntos. Para realizar esta carrera forma dos grupos compuestos por tres integrantes (de diferentes edades). Crea unos pequeños esquís con unos listones de madera a los que colocaras unas cuerdas con las que los participantes podrán ayudarse a la hora de dar pasos. Gana el equipo que primero cruce la meta.	1. Video <a href="https://www.youtube.com/watch?v=C4d32kccXs">https://www.youtube.com/watch?v=C4d32kccXs</a> El (la) estudiante observará con atención el tema a que hace referencia el video "Las Reglas". Luego se le preguntara a cada uno de los estudiantes, si ? creen que las reglas son importantes para tener una convivencia armónica y en paz con nuestros familiares, amigos y comunidad en general ?. Se les pedirá que realicen un dibujo donde se observe cómo piensan que funcionan o participan las reglas en los juegos y deportes en los que ellos participan normalmente.		Experimenta y aprende por medio de actividades rítmicas y juegos.	Adapta su cuerpo a ejercicios rítmicos y fortalezo mi coordinación general.	Participo de los diferentes ejercicios plasmados, con miras a fortalecer la coordinación viso pédica.  Adquiero balance corporal al momento de ejecutar un ajuste rítmico.  Distingo las acciones que fomentan mi aprendizaje por medio de las diferentes formas jugadas.
	43				En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:  1. Se realizara un mural haciendo referencia a los diferentes deportes que le gustan a cada estudiante y con dibujos dejando una frase del cuidado del cuerpo y el respeto por el otro al practicar cada deporte.	Relaciona por medio de actividades y ejercicios rítmicos y juegos(rítmica).yo quitaría esa palabra	Manipula objetos que permita fortalecer mi coordinación visomanual, a partir de actividades rítmicas y juegos.	Identifico la forma adecuada de manipular y generar movimientos con elementos, específicamente con pelotas y cintas.  Fortalezco la coordinación visomanual y lo aplico a la ejecución de elementos de gimnasia.  Experimento distintas formas jugadas, a partir del uso de la música.
22	44					Participa activamente en las actividades rítmicas y juegos (artística suelto) aeróbica. Creo que sobre eso	Fortalece aspectos esenciales de la práctica de la gimnasia, a partir de la manipulación de un objeto.	Distingo acciones a la hora de anticipar y orientarme en un espacio determinado.  Demuestro dominio, control y ritmo al manipular la cuerda.  Utilizo la cuerda como medio para divertirme con las actividades programadas.
	45	El objetivo de esta cartelera es que los estudiantes la peguen en un lugar visible, para que cada vez que despierten la puedan ver y acordarse de los hábitos que deben seguir y usarla así como una estrategia para fomentar hábitos de vida saludable, valores y estrategias sociales y ambientales.	2. Comer sin manos Para estos juegos en familia nos hemos basado en el tradicional concurso de comer pasteles sin manos. En este caso lo hacemos más tradicional introduciendo una fruta de temporada como la sandia. Cada participante recibe una rodaja del mismo tamaño. Todos compiten juntos y con los brazos pegados a la espalda. Ganará quien comience comer la fruta en el	2. Video <a href="https://www.youtube.com/watch?v=nVnqpicSd0">https://www.youtube.com/watch?v=nVnqpicSd0</a> "Historias para cuidar el medio ambiente " la importancia de participar en comunidad para salvar nuestro planeta y como cada uno de nosotros puede colaborar colocando su granito de arena para cumplir con este objetivo. Por medio de una historia realizada con		Vivencia diferentes actividades rítmicas y juegos que fortalezcan su proceso.	Fortalece y ajusta los movimientos que realizo, al compás de la música.	Realizo actividades específicas que permitan fortalecer la orientación de mi cuerpo en relación al espacio.  Fortalezco el ajuste rítmico con un compás musical.  Desarrollo actividades con música, que generen disfrute en lo que hago.
23	46					Implementa combinaciones de ejercicios que fortalezcan la práctica de la gimnasia.	Busca fortalecer las habilidades y capacidades básicas aprendidas.	Ejecuto ejercicios de equilibrio y flexibilidad, de forma simultánea.  Realizo actividades coordinativas que conlleve a la realización de ejercicios de mayor dificultad.  Busco disfrutar y mejorar en cada actividad y ejercicio que me indiquen.
	47	2. Friso, el beneficio de los deportes:				Realiza combinaciones y enlaces gimnásticos, que determinan los elementos aprendidos hasta el	Busca fortalecer y dar a conocer los elementos básicos de gimnasia trabajados hasta el momento	Implemento líneas de movimientos donde se evidencie los rollos adelante y atrás y sus variaciones.  Demuestro la habilidad para ejecutar de forma adecuada la posición de invertida y arco o puente.

24		mejorar. En cada clase se realizara en cartulina o cualquier material un dibujo, grafico o escrito en el cual los escolares puedan representar, en que beneficia el deporte en sus vidas u que mas puede seguir mejorando si se enfocan en este. Al final	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	momento.		Participo en juegos que conllevan a fortalecer mi comunicación con el otro.				
	48						Identifica la ejecución de un tipo de combinación gimnástica.	Implementa ejercicios de fuerza y ejecuta fundamentos de suelo.	Fortalezco mi cuerpo a partir de ejercicios específicos de cúbito dorsal y cúbito ventral. Ajusto mis movimientos para lograr combinar dos elementos de gimnasia: invertida con finalización en rollo adelante. Fortalezco por medios de formas jugadas, fundamentos de suelo.				
25	49	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	Asocia los movimientos que permiten desarrollar actividades de piso	Afianza ejercicios que le permiten mejorar la práctica del rollo	Combino los diferentes ejercicios para la ejecución del rollo Fortalezco mi cuerpo durante la combinación de los diferentes movimientos Practico rollos adelante atrás mejorando su ejecución Ajusto los movimientos de los elementos por medio de formas jugadas					
	50					Afianza habilidades que le permite mejorar los movimientos durante la ejecución de los ejercicios	Reconoce los diferentes elementos aprendidos en clase	Exploro las diferentes combinaciones de trabajo en piso Realizo secuencia de piso con elementos					
26	51					Explora habilidades que le faciliten la adquisición de secuencias de movimiento complejas de acuerdo a los elementos aprendidos en clase.	Utiliza elementos aprendidos en clase mediante una secuencia de movimientos	Realizo combinación de rodamientos adelante y atrás . Experimento la combinación entre posturas y movimientos para la realización de una puesta en escena Comprendo desde mi corporalidad y la de los demás la importancia de posturas y movimientos básicos de gimnasia					
	52					Asimila habilidades progresivas facilitando la adquisición de secuencias de movimiento.	Reconoce posibilidades de movimiento y de expresión a partir de la apropiación de elementos gimnásticos	Ejecuto progresiones y regresiones que me permiten apropiar los elementos y secuencias gimnásticas Experimento los elementos de flexibilidad, postura y técnica básica del movimiento. Identifico una secuencia de movimientos .					
	27					53	Combina diferentes ejercicios acrobáticos y coreográficos a través de la creación de esquemas	Perfecciona los ejercicios acrobáticos y coreográficos combinándolos armoniosamente y haciendo buen uso del espacio del suelo	Realizo secuencias de movimientos con música Adopto con facilidad diferentes posturas y movimientos Expreso seguridad y concentración al momento de realizar los ejercicios y presentar un esquema.				
						54	Identifica los movimientos (coreográficos o acrobáticos básicos) al presentar el esquema	Fortalece y perfecciona los ejercicios acrobáticos como coreográficos de su esquema	Ensayo el esquema aprendido y lo muestro al formador Comprendo las correcciones del esquema realizado y la evaluación apreciativa por el formador Ejecuto las correcciones de los diferentes ejercicios realizados reconociendo los errores obtenidos en cuanto a su ejecución				
28	55					Aplica una muestra gimnástica a partir de patrones coreográficos sin música en suelo	Combina destrezas y elementos gimnásticos en la práctica de la rutina dada	Acoplo cada movimiento por separado de la rutina enseñada Memorizo la secuencia de cada uno de las líneas de la rutina dada Acomodo los movimientos de enlace y los elementos gimnásticos a la música donde se aprecie coordinación, armonía, ritmo y técnica					
	56					Crea una muestra gimnástica a partir de patrones coreográficos sin música en suelo	Presenta la rutina con la técnica adecuada	Práctico la rutina para mejorar cada vez la ejecución Afianzo cada línea de ejecución en el espacio donde se realizará la presentación de acuerdo a la melodía Realizo la presentación de la rutina con todos los elementos y técnica					
DOMINIO													
OBJETIVO GENERAL						Dominar elementos propios de la gimnasia inicial, a través, de formas lúdicas y formativas, que permitan el reconocimiento de su corporeidad promoviendo el cuidado y auto cuidado del estudiante fortaleciendo su autoestima.							
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Dominar fundamentos básicos de la gimnasia y sus diferentes combinaciones.						
						DIMENSIÓN LÚDICA	Practicar las reglas del juego en el centro de interés Gimnasia, respetando las opiniones de mis compañeros.						
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Establecer con facilidad los puntos de conexión entre cada elemento de gimnasia, con el fin de generar una línea de movimientos o coreografía fluida.						
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS					
29	57					Identifica los conceptos de formación para la iniciación gimnástica	Afianza el equilibrio a partir del desarrollo de elementos de gimnasia	Desarrollo habilidades y destrezas básicas con especial incidencia en equilibrio estático y dinámico. Ajusto rueda desde la posición de pie, en un espacio seguro. Juego y experimento con mi propio peso.					
	58					Aplica los conceptos de formación para la iniciación gimnástica	Emplea la fuerza y desarrolla los fundamentos logicos elementales de la gimnasia.	Empleo la fuerza de las extremidades superiores y core,(no se que es esta palabra) al realizar diferentes ejercicios Realizo rueda desde la posición de pie, buscando mayor dominio del mismo. Juego y experimento con mi propio peso.					

30	59	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Realiza elementos de mayor complejidad, pertenecientes a la gimnasia inicial	Aplica los conocimientos previos, para la ejecución de elementos más complejos	Implemento diferentes ejercicios de flexibilidad Asistida y balística. Ejecuto mediante ejercicios laterales el movimiento de media luna. Participo de juegos que conlleve a fortalecer la confianza en sí mismo.
	60					Ejecuta de forma adecuada elementos de mayor complejidad, pertenecientes a la gimnasia inicial	Reconoce los conocimientos previos, para la ejecución de elementos más complejos	Empleo diferentes ejercicios de flexibilidad Asistida y balística. Ejecuto mediante ejercicios laterales el movimiento de medialuna. participo con entusiasmo en actividades competitivas, para fortalecer la sana diversión.
31	61					Ajusta de forma activa la práctica de saltos y sus variantes	Realiza ejercicios específicos de salto buscando la forma de corregir la técnica de los mismos.	Exploro diferentes ejercicios que conlleve a fortalecer la fuerza explosiva. Ejecuto saltos en Extensión, agrupado, salto frontal y lateral. Juego a realizar saltos con carrera hacia un obstáculo desde un pie y pies juntos para despegue manejando diferentes alturas.
	62					Busca mayor dominio del cuerpo a la hora de trabajar los diferentes saltos	Construye ejercicios específicos de salto buscando la forma de corregir la técnica de los mismos.	Implemento ejercicios específicos que permitan fortalecer la fuerza máxima. Desarrollo salto con giro sobre el mismo eje, salto split, assemblé y ruso. Ejecuto formas jugadas en la realización de saltos y giros desde y hacia un obstáculo desde un pie y pies juntos utilizando secuencias rítmicas.
32	63					Identifica elementos propios de la gimnasia aeróbica como caída libre y saltos acrobáticos	Explora diferentes saltos acrobáticos, buscando mayor dominio de los mismos	Practico ejercicios de fuerza Dinámica: Push-up, caídas libres. Realizo saltos acrobáticos buscando un mayor control de los mismos. Demuestro saltos coordinados con música, que permita generar disfrute en el proceso de aprendizaje.
	64					Reconoce elementos propios de la gimnasia aeróbica como planchas y escuadras	Aplica la fuerza para el cumplimiento de objetivos grupales	Exploro diversos ejercicios para el desarrollo de la fuerza estática: planchas y escuadras. Desarrollo pirámides básicas a partir de trabajo colaborativo con mis compañeros. Creo una coreografía sin música y con un objeto gimnástico.
33	65	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Realiza secuencias de mayor complejidad que hacen parte de la gimnasia aeróbica	Identifica mis capacidades físicas a partir de la realización de ejercicios específicos de esquema gimnástico grupal buscando la forma de corregir la técnica de los mismos.	Ejecuto ejercicios individuales que conlleven a mejorar y aumentar la flexibilidad. Demuestro una rutina coreográfica con elementos de gimnasia aeróbica en tríos y/o en grupos (8) escolares. Fortalezco la comunicación con mis compañeros, y así poder disfrutar de las actividades que realizo con ellos.
	66					Contribuye de forma adecuada en la conformación de un esquema con elementos de gimnasia aeróbica	Reconoce mis capacidades físicas a partir de la realización de ejercicios específicos de Aero dance buscando la forma corregir la técnica de los mismos.	Realizo un trabajo colaborativo para mejorar mi flexibilidad y el de mi compañero(a). Identifico elementos de gimnasia aeróbica (Aero dance) y los practico en grupos (8) estudiantes. Aplico la creatividad en la realización de la coreografía y disfruto la realización de la misma.
34	67					Explora por medio de la gimnasia rítmica diferentes posibilidades de movimiento.	Asimila diferentes posibilidades de movimiento que demandan mayor control corporal.	Implemento ejercicios de flexibilidad asistida y balística. Identifico la técnica adecuada para realizar giros y saltos, y los practico. Demuestro tener manejo del elemento, a partir de la realización de reto "Desplazamiento realizando tres giros sin caer"
	68					Relaciona y utiliza objetos propios de la gimnasia rítmica	Logra manipular el objeto con diferentes partes de mi cuerpo.	Ejecuto formas básicas de lanzamiento con diferentes elementos. Demuestro el dominio del aro, lanzándolo y recepcionando con una sola mano. Busco generar el mayor control posible del aro, con diferentes partes del cuerpo. Demuestro control y dominio corporal sobre las habilidades gimnásticas aprendidas.
35	69					Afianza secuencias de habilidades gimnásticas a partir de esquemas sencillos	Reconoce habilidades gimnásticas y las entreenlaza en una secuencia de movimientos coordinados siguiendo un patrón rítmico	Realizo secuencias de cuatro destrezas gimnásticas uniéndolas a través de enlaces. Fortalezco mi aprendizaje a través de una muestra de un esquema compuesto por seis habilidades y seis enlaces, bajo un ritmo musical.
	70					Realiza enlaces gimnásticos sencillos de piso	Determina la secuencias de giros y lanzamientos de elementos con coordinación y ritmo.	Implemento ejercicios de giros durante la ejecución. Realizo lanzamientos y giros sin pierden el ritmo y secuencia. Manejo con facilidad los diferentes elementos en la ejecución de las secuencias.
36	71					Manipula con mayor dominio el elemento utilizado en la gimnasia rítmica.	Identifica la flexibilidad mientras desarrollo actividades con el aro.	Profundizo ejercicios de flexibilidad asistida y balística, manipulando en todo momento el aro. Realizo rodamientos con el aro. Busco lograr saltar con el aro de una distacia a otra, manteniendo un control corporal óptimo.
	72					Experimenta la práctica de gimnasia rítmica de forma consciente y placentera	Implementa diversos ejercicios que permita generar una mayor dominio de las mazas.	Fortalezco la flexibilidad asistida y balística. Practico desplazamientos individuales y en parejas, generando manipulación de las mazas. Busco generar mayor disfrute de las actividades, a partir del trabajo colaborativo.

37	73	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Identifica ejercicios que fortalecen la práctica de la gimnasia rítmica	Demuestra mayor dominio de las mazas.	Desarrollo flexibilidad asistida y balística. Realizo la acción de lanzar y atrapar las mazas, haciendo molinetes en el aire. Realizo desplazamientos por parejas lanzándose las mazas por el aire.
	74					Emplea ejercicios específicos que fortalecen la práctica de la gimnasia rítmica	Asocia ejercicios que conlleve a un mejor manejo de las mazas.	Demuestro que avances he logrado en ejercicios propios de la flexibilidad asistida y balística. Ajusto Lanzamientos hacia arriba atrapando las mazas con las dos manos y una pose de flexibilidad. Realizo lanzamiento de las mazas al compañero de un punto a otro mientras hacen split.
38	75					Explora la gimnasia rítmica con elementos	Ejecuta elementos que flexibilidad, mientras manipula el elemento "cintas".	Implemento espirales y zig-zag con las cintas, de una forma fluida. Ejecuto el split, mientras que realizo movimientos con las cintas. Experimento formas jugadas utilizando las cintas.
	76					Experimenta la gimnasia rítmica con elementos	Ejecuta diversos ejercicios con el balón, asociados a la flexibilidad.	Creo figuras con rebotes de balón. Experimento la flexibilidad asistida y balística con el balón. Realizo actividades de reto que conlleven a un mayor dominio del elemento.
39	77					Participa en el festival de gimnasia dando a conocer los elementos técnicos aprendidos hasta el momento.	Propone diferentes ideas que permita la creación de esquemas gimnásticos y esquemas acrobáticos.	Participo de los esquemas individuales y grupales. Ajusto combinaciones de elementos técnicos. Disfruto de la participación en el festival.
	78					Participa en el festival de gimnasia dando a conocer los elementos técnicos aprendidos hasta el momento.	Desarrolla los esquemas gimnásticos y esquemas acrobáticos	Presento esquema individual y grupal de forma satisfactoria. Propongo combinaciones de elementos técnicos. Participo y disfruto de la participación del festival de gimnasia.
40	79					Contribuye de manera activa a la muestra final, ejecutando todo lo aprendido durante su etapa de desarrollo y aprendizaje.	Demuestra el proceso en los diferentes elementos aprendidos del deporte de la gimnasia.	Planteo estrategias que permitan una combinación adecuada de los elementos aprendidos, demostrando mi proceso completo. Realizo la presentación final, de los gestos técnicos aprendidos de forma grupal e individual. Disfruto de mi presentación, teniendo en cuenta que lo hice con compromiso y alegría.
	80					Participa en los diferentes eventos deportivos expresando el carácter deportivo y social	Integra los aprendizajes adquiridos en el centro de interés en los eventos deportivos	Ejecuto con iniciación, desarrollo y finalización de la acción técnica Participo en encuentros deportivos demostrando mis capacidades. Amplio la dimensión emocional, deportiva y social en diversos retos corporales.











JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA								
CENTRO DE INTERÉS GIMNASIA								
MALLA CURRICULAR CICLO 3								
EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL					Consolidar habilidades ciudadanas, sana convivencia y pensamiento crítico frente a situaciones sociales reales, mediante la observación, el análisis y la escucha activa; haciendo uso de los juegos pre deportivos aplicados a la disciplina deportiva que proporcionan el autoconocimiento, el de los demás y el del entorno; expresando ideas, sentimientos, emociones y actitudes con una libertad clara de los sucesos.			
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Controlar el movimiento en diversos espacios, al desplazarse y manipular objetos.		
					DIMENSIÓN LÚDICA	Reconocer a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.		
					DIMENSIÓN COGNITIVA	Interpretar el ajuste postural frente a ejercicios que los requieran y denominaciones de las mismas.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN LÚDICO - MOTRIZ			
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1					Vivencia la relación del juego con la historia del de la gimnasia	Analiza las indicaciones dadas por el docente acerca del centro de interés.	Comprendo la dinámica para la presentación del centro de interés de Gimnasia. Entiendo las indicaciones dadas. Reconoce del grupo.
	2					Reconoce el contenido del centro de interés de gimnasia	Asocia juegos de reconocimiento motriz	Comprendo y realizo las posturas de los nombres básicos para rutinas de calentamiento y elementos de flexibilidad. Desarrollo los circuitos de tareas motrices para la observación y valoración del esquema corporal. Efectúo las dinámicas grupales o individuales para identificarme con el entorno.
2	3					Identifica los diferentes test de entrada	Aplica los test de valoración física de entrada	Ejecuto los test de fuerza escogidos. Exploro los test de resistencia. Desarrollo potencia de piernas por medio de actividades.
	4					Comprende los test específicos del centro de interés de gimnasia	Desarrolla los test específicos de gimnasia	Asocio el test de flexibilidad. Identifico y ejecuto los test de habilidades básicas de la gimnasia (código Motriz). Aplico test lúdicos de equilibrio y test de ritmo.
3	5					Distingue las diferentes cualidades físicas	Implementa ejercicios de fuerza para mi preparación física	Realizo el Ajuste corporal, con ejercicios de fuerza isométrica en planchas y posturas específicas y flexibilidad( Split. Efectúo el control corporal con variados ejercicios de ajuste corporal.
	6					Relaciona la capacidad condicional de fuerza para el respectivo acondicionamiento	Emplea la fuerza por medio de ejercicios isométricos	Desarrollo situaciones de juego experimentando con el propio peso del cuerpo . Llevo a cabo la posición cubito dorsal estática o lagartijas, planchas de manos y codos , fuerza abdominal (cuerpo en posición extendida). Asocio el control corporal en ejercicios de ajuste corporal.
4	7					Desarrolla ejercicios posturales para los elementos técnicos de suelo.	Ajusta ejercicios posturales para mi preparación física.	Desarrollo situaciones de juego experimentando con mi propio peso. Ajusto posturas corporales para la iniciación de un elemento técnico (Ante salto, entradas, bases de rollitos, combinaciones). Desarrollo los diferentes ejercicios de flexibilidad: split, spagat, arco.
	8					Explora la estructuración temporoespacial.	Relaciona la estructura temporoespacial en la gimnasia, obteniendo el control de posiciones con mi cuerpo.	Efectúo elementos previos para perfeccionar las bases técnicas. Adopto posiciones de equilibrio y lateralidad dinámica.
5	9					Reconoce la estructuración temporoespacial	Implementa posiciones gimnásticas	Obtengo control de posición manejo de posturas que requieren fuerza. Adquiero control de posiciones en situaciones de juego experimentando con el propio peso.
	10					Asocia las diferentes formas posturales de la gimnasia	Ejecuta ejercicios posturales gimnásticos teniendo en cuenta el tiempo y el espacio	Adopto control tónico, el control postural y equilibrio. Manejo de posturas que requieren fuerza.
6	11					Reconoce los diferentes rollos que se emplean en la gimnasia.	Aplica los rollos hacia adelante y hacia atrás	Entiendo las diferentes situaciones de juego experimentando con mi propio peso. Afianzo el movimiento y las posturas de acuerdo a los espacios.
	12					Afianza los elementos bases del centro de interés de gimnasia	Vivencia rollos y combinaciones de los mismos	Acoplo el cuerpo a las diferentes situaciones de juego. Realizo el manejo del esquema corporal.
7	13					Desarrolla las capacidades coordinativas generando movimientos gimnásticos	Asocia posiciones gimnásticas a través de las capacidades coordinativas	Alineo movimiento de acuerdo a los espacios. Fortalezco los músculos, tren superior e inferior (espalda, empuje de brazos y piernas).
	14					Explora el equilibrio invertido con y sin ayuda	Reproduce la posición de vela y sus variantes	Adopto posturas gimnásticas iniciales, desde el piso. Implemento estrategias creativas para realizar en casa y con elementos accesibles (silla- butaca) Juego de roles. Fortalezco los músculos, tren superior (brazos y abdomen). Identifico las cuatro variantes de la posición de la vela.
						Identifico el juego como un momento especial en el desarrollo de la clase (juegos de cambio de roles).		

8	15					vivencia el equilibrio invertido con y sin ayuda	Fortalece la capacidad física de la fuerza para mejorar el desarrollo de la invertida	Ejecuto ejercicios individuales sin asistencia, ejercicios con asistencia de un compañero. o con materiales y elementos encontrados en nuestra casa: "pared, sofá."
	16					Comprende en qué consiste la flexibilidad, explorando el mayor rango de amplitud de las articulaciones	Implementa ejercicios específicos que me permitan reconocer la flexibilidad que posee mi cuerpo.	Desarrollo la parada de manos manteniéndola por 20 segundos. Experimento diversas posturas de equilibrio invertido a través de formas jugadas. Exploro las diferentes clases de flexibilidad (pasiva, asistida, resistida) por medio de formas jugadas. Realizo el arco desde diferentes posiciones corporales con ayuda de un asistente o compañero. Identifico las diferentes posiciones de la gimnasia (split, spagat, arco.) por medio de la práctica del mismo. Participo de juegos lúdico recreativos, que me permita mejorar mi condición física.
9	17					Clasifica los diferentes ejercicios de flexibilidad del tren inferior y espalda baja	Reconoce la flexibilidad corporal, practicando los ejercicios gimnásticos específicos de tren inferior y superior.	Ejecuto los ejercicios específicos de flexibilidad tren superior e inferior. Afianzo mi corporalidad mediante la práctica de los ejercicios específicos de flexibilidad. Adapto creativamente en casa los materiales y equipamiento adecuado para el afianzamiento de los elementos de flexibilidad.
	18					Emplea las posiciones específicas de flexibilidad estática, durante el calentamiento y los periodos de práctica	Asocia de forma técnica los elementos gimnásticos: split, spagat y arco.	Llevo a cabo ejercicios de la flexibilidad estática (ejercicios Específicos para el split, spagat y arco). Ejecuto ejercicios generales de flexibilidad. Identifico el juego como un momento especial en el desarrollo de la clase (juegos de competencias).
10	19	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	Reconoce los componentes técnicos para la ejecución del pescado: "carrera con ante salto, batida de piernas, elevación de brazos y fase de vuelo"	Aplica las capacidades físicas condicionales, mediante la práctica de ejercicios gimnásticos que involucren: los saltos (potencia); carrera de impulso - ante salto.	Implemento ejercicios para mejorar mis capacidades físicas condicionales, haciendo hincapié en saltos y carrera de entrada "ante salto" y diversidad de saltos obligatorios. Ejecuto ejercicios propuestos de coordinación dinámica en salto y carrera. Relaciono las actividades lúdicas como mecanismo de aprendizaje y disfrute corporal.
	20	1. Se realizará la proyección de un video CONVIVENCIA Y CIUDADANÍA con base a el video ( <a href="https://youtu.be/olS85pULbaQ">https://youtu.be/olS85pULbaQ</a> ) se realizará la respectiva reflexión y un juego llamado EL AHORCADO	1. El estudiante, acompañado de un familiar nos contará como son las tradiciones en su hogar, por ejemplo fechas especiales, comidas típicas, origen de sus familiares. (diversidad y familia)	1. con las palabras que presenta el formador armar una historieta positiva o negativa, se presentaran 2 o 3 historietas y se reflexionará sobre ellas ( respeto, empatía, solidaridad, amistad).	1. Se escogerá uno de los valores éticos y se solicitará a los estudiantes que indaguen con sus familiares como se ponen en práctica estos valores (en clase , en el entorno familiar, en el entorno social), luego se dialogara en la clase acerca del tema de valores éticos y su puesta en práctica(solidaridad, respeto, empatía, amistad, honestidad, trabajo en equipo, verdad)	Implementa los diferentes elementos técnicos, las posiciones específicas y las capacidades físicas trabajadas	Ajusta los ejercicios y elementos gimnásticos mediante la combinación de destrezas (saltos y elementos de flexibilidad).	Selecciono los elementos de (flexibilidad, posturas, saltos, destrezas gimnásticas) para fortalecer mi acervo motor. Demuestro por medio de una presentación individual las destrezas y elementos gimnásticos que he trabajado en el presente periodo. Reconozco mis fortalezas y debilidades, motrices, técnicas y físicas, desde la realización de las actividades lúdicas y recreativas propuestas en el centro de interés
11	21	2. Teniendo en cuenta los videos y los temas trabajados en clase , después de observarlos, cada estudiante los compartirá con su familia y les preguntara que saben de los derechos de niños y niñas , como cada estudiante ya sabe del tema , reforzará el conocimiento que tiene su familia.	2. En esta actividad los NNJ van a pasar a ser los profesores de la clase, y van delegar a cada miembro de su familia las siguientes preguntas: ¿ Para ti que son los derechos ? ¿ Qué derechos conoces ? ¿ Como podemos evidenciar los derechos en nuestro núcleo familiar?	2. se realizará un conversatorio de los beneficios que tiene su sexo y su género.	Teniendo en cuenta todo lo aprendido en la sesión deportiva, finalmente vamos realizar en hoja de cuaderno, los valores que aprendimos y los vamos a poner en alguna parte de la casa para mantenerlos siempre presentes.	Emplea posturas gimnásticas básicas	Refuerza los elementos básicos de la gimnasia, invertidas y rollos	Realizo los ejercicios de saltos y destrezas básicas como rollos, parada de manos, Split, spagat, puente. Refuerzo y afianzo todos los movimientos haciendo combinaciones Participo de manera activa de los juegos propuestos en clase. .
	22					Vivencia las diferentes combinaciones de rollos	Relaciona los diferentes rollos teniendo en cuenta las posiciones básicas	Ejecuto por medio de planos inclinados los rollos adelante y atrás manteniendo las posturas y posiciones básicas Realizo combinaciones de rollos y saltos mejorando el equilibrio y coordinación. Disfruto de las actividades lúdicas con la posibilidad de jugar con diferentes materiales
12	23					Reconoce la parada de manos con algunas combinaciones	Asocia parada de manos con los diferentes movimientos de flexibilidad	Manejo las diferentes posiciones de la parada de manos en varios planos y movimientos de flexibilidad. Realizo la parada de manos y la combino con un elemento de flexibilidad Practico habilidades básicas de aprendizaje como la observación
	24					Determina los circuitos con los elementos vistos	Implementa los diferentes circuitos con los elementos gimnásticos posturas, flexibilidad, rollos, para de manos	Entiendo los diferentes circuitos con los elementos de la gimnasia (posturas, rollos ,parada de manos, flexibilidad) Llevo a cabo las tareas asignadas en cada circuito, en el tiempo determinado. Exploro la creación de un esquema con los diferentes elementos gimnásticos. Reconozco las de diversas estrategias, herramientas y prácticas que me permitirán jugar, relacionándome de manera positiva con el grupo

13	25	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la segunda semana,, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:	En la tercera semana de mayo, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomoda a la sesión clase:	En la cuarta semana de mayo, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:	Construye las combinaciones de flexibilidad y saltos	Combina elementos de saltos y flexibilidad	Realizo combinaciones de saltos y destrezas básicas de flexibilidad Ejecutas los saltos por medio de una secuencia combinados con la flexibilidad Resuelvo problemas por medio de la lúdica.						
	26	1. Realizaré la lectura del cuento "ÉRASE UNA VEZ UN CUENTO AL REVÉS EL PRÍNCIPE CENICIENTO" y en base a este se hará un concurso de cuentos no sexistas.	1.Se proyectarán varias imágenes acerca del deporte para que en familia las clasifiquen según su ideología.	1. Realizará un escrito corto de los beneficios que tiene su sexo y su género.	1. Proyectará el cortometraje igualdad y no discriminación y generará una conversación con los niños y niñas.	Distingue circuitos combinando posturas, rollos, parada de manos y destrezas de flexibilidad	Implementa de manera fluida los elementos gimnásticos por medio de los circuitos	Manejo y reconozco todos los elementos de gimnasia trabajados pasando así por un circuito de varios obstáculos Seleccióno los elementos de gimnasia para crear un esquema de suelo. Respeto a los demás compañeros en el contexto de la temática elegida por medio de la lúdica.						
14	27	2. se realizarán en las diferentes sesiones de clase lluvia de ideas entre los participantes, se buscará determinar y clasificar que deportes son más populares entre los asistentes y a partir de ello indagar qué creencias tiene cada uno sobre dichas prácticas frente al deporte y género, para después ir aclarando elementos de la temática.	2. Se invitara a participar de la sesión a algún miembro de la familia que esté presente durante el momento de la clase, y se realizarán preguntas abiertas que permitan la interacción de los niños y niñas junto con sus acompañantes, las preguntas estarán enfocadas en determinar ellos que piensan de algunos deportes tradicionales con respecto al género.	2. Se proyectarán imágenes de deportistas reconocidos en las diferentes disciplinas deportivas tanto a nivel nacional como internacional, y destacaremos durante el desarrollo de la actividad que genero de deportistas es más reconocido por los alumnos.	2. Se creará una sopa de letras que deberá ser solucionado por los alumnos, la composición de la sopa de letras estará orientada a la identificación de deportistas colombianos con logros en competencias internacionales y nacionales, con el fin de dar un reconocimiento del deporte y género.	Forma parte activa de la propuesta en el festival inicial de habilidades motrices	Participa del festival de habilidades poniendo en práctica lo aprendido en las sesiones de clase.	Realizo las destrezas y habilidades básicas de la gimnasia por medio de un circuito. Comparto con mis compañeros de un momento de integración y aprendizaje colectivo. Disfrute de las actividades propuestas en el festival de gimnasia.						
	28					Vivencia la muestra de habilidades motrices realizadas en el festival	Presenta las habilidades motrices que se realizaron en el festival a todos los entes del IED	Efectuo presentaciones cortas de las diferentes habilidades motrices realizadas en el festival Hago actividades recreativas donde estén implícitas las habilidades motrices. Evaluo de manera lúdica mi participación en la muestra de habilidades						
APROPIACIÓN														
OBJETIVO GENERAL						Estimular el desarrollo motriz, encaminando a las prácticas técnicas, físicas, cognitivas y recreativas hacia la especificidad de los componentes de la habilidad y destreza deportiva, basadas en el movimiento y la práctica consciente de la gimnasia.								
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Realizar secuencias de movimiento con duración y simetría preestablecidas.							
						DIMENSIÓN LÚDICA	Construir espacios de trabajo teniendo en cuenta las situaciones de presencialidad o desde la virtualidad.							
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Argumentar la importancia de las fases de aprendizaje de un elemento técnico.							
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS						
15	29					Asocia técnicamente la media luna	Fortalece las capacidades coordinativas: la diferenciación y anticipación en los elementos técnicos de la media luna	Practico ejercicios de coordinación " diferenciación y anticipación" a nivel segmentario y global. Afianzo los elementos técnicos de la media luna, mediante la realización de ejercicios específicos. Utilizo las destrezas técnicas empleadas en la realización de la media luna.						
	30					Relaciona técnicamente las combinaciones gimnásticas; invertida y rueda lateral	Potencializa capacidades físicas básicas: velocidad, fuerza, flexibilidad, equilibrio en la realización de los gestos técnicos de la invertida y rueda lateral	Practico las diferentes variedades de saltos, giros, balanceos y equilibrios. Afianzo los elementos técnicos de la rueda lateral y la invertida, mediante la realización de ejercicios específicos. Utilizo las destrezas técnicas empleadas en la realización de la invertida y la rueda lateral, como medio de diversión y aprovechamiento del tiempo libre.						
16	31					Implementa diversas combinaciones de movimientos, posturas y ejercicios de equilibrio en función del desarrollo de la invertida - rueda lateral	Emplea posturas y posiciones básicas de equilibrio para apoyo invertido e interiorizo los elementos técnicos de piso	Realizo diferentes posiciones de equilibrio, variando los apoyos corporales (mosca, arafitas e invertidas). Ejecuto educativos de media luna a una mano mejorando el eje de ejecución. Mejoro mis habilidades motrices utilizando el juego y las formas jugadas en espacios y entornos cotidianos.						
	32					Aplica diversos educativos de arco a pasar hacia atrás, fortaleciendo los apoyos y adaptación postural en su realización.	Diferencia las posiciones del cuerpo y su ubicación espacial en el manejo de los elementos técnicos de piso	Diferencio los apoyos corporales, la posición de las manos, las piernas, puntas de pie y traslado adelante o atrás, en la realización del arco adelante o atrás. Disfruto el juego como un recurso importante a través del cual aprendo y socializo con mis compañeros en los espacios explorados.						
17	33					En la segunda semana, se realizarán las siguientes actividades según la necesidad de la sesión clase :  1. Los estudiantes mirarán el video https://youtu.be/DuYr864id2w Mejores Relaciones Interpersonales - Después de ver el video, se organizan grupos y cada uno hará la	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad:	En la cuarta semana, se realizarán las siguientes actividades según la necesidad de la sesión clase :  1. en la actividad proyectaremos un video de YouTube denominado actividad física y alimentación para niños, una vez visto el video el formador dará una breve introducción de la temática del video con respecto al tema del cuerpo como territorio vinculado al deporte exaltando el subtema de (el cuerpo debe ser respetado y valorado) y después con preguntas usando el método directo o de preguntas directas empezará a verificar con los alumnos que conceptos generar y así entre todos elaborar una idea general del tema del (cuerpo debe ser respetado y valorado) teniendo en cuenta la realidad de cada niño en sus casas. Sobre el final de la clase, se verificará nuevamente con preguntas	Comprende la ejecución de la media luna utilizando variadas formas de educativos	Detecta el cuerpo y sus partes en la ejecución y ubicación espacial dentro de los elementos técnicos de piso	Reconozco las formas de apoyos de las manos y los pies, el eje de la ejecución al iniciar la medialuna y al finalizarla con formas lineales, planos inclinados y saltos. Realizo secuencias y combinaciones entre apoyo invertido, arcos y media luna, utilizando formas circulares y lineales, planos inclinados y saltos. Utilizo los recursos didácticos y nuevas actividades lúdicas que enriquecen mis aprendizajes y participación en el centro de interés.			
	34								Apropia movimientos simétricos para la ejecución de la media luna.	Aplica alternativas de movimientos para mi ubicación espacial y ajusto mi cuerpo a los elementos técnicos de piso	Transfiero desde diferentes apoyos la ejecución de la media luna, su ajuste y trayectoria (desde posición arrodillado , desde un paso de apoyo, con ante salto y con carrerilla). Desarrollo desequilibrios hacia atrás (rollo atrás con progresión semi invertida y sincronización de movimiento). Aprendo conceptos y procesos a través de gráficas y formas, que además de motivar mi aprendizaje estimulan mi creatividad en los elementos técnicos de piso.			
18	35								En la primera semana, se realizará la siguiente actividad:  1. Los estudiantes mirarán el video https://youtu.be/DuYr864id2w Mejores Relaciones Interpersonales - Después de ver el video, se organizan grupos y cada uno hará la	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad:	En la cuarta semana, se realizarán las siguientes actividades según la necesidad de la sesión clase :  1. Los estudiantes mirarán el video https://youtu.be/DuYr864id2w Mejores Relaciones Interpersonales - Después de ver el video, se organizan grupos y cada uno hará la	Emplea progresiones de apoyo, desequilibrio y búsqueda de la invertida en los diferentes educativos de la quinta	Comprende los procedimientos propuestos de los diferentes apoyos y manejo del cuerpo en desequilibrios, en la quinta y los elementos técnicos.	Desarrollo desequilibrios hacia atrás (rollo atrás con progresión semi invertida y sincronización de movimiento). Realizo descensos o rodamientos hacia atrás teniendo en cuenta el manejo del ajuste y posición del cuerpo inicial y terminal. Efectuó posición inicial, descenso y rodamiento atrás con impulso, extensión de piernas y brazos-progresiones (rollo atrás carpado , rollo atrás semi invertido y quinta.) .

19	36	<p>mejor representación de lo que significan las buenas Relaciones Interpersonales.</p> <p>2.Se reforzarán las Relaciones Interpersonales por medio de la siguiente actividad: Se les pedirá que dibujen una casa grande, con ventanas y puertas. Después, se les indica que cada uno y una escriba en las puertas y ventanas sus ideas para mejorar las relaciones, en las ventanas las cosas positivas que hacen y en las puertas las cosas alcanzadas. Para luego socializarlo.</p>	<p>1. Observar el siguiente video. (10 consejos para cuidar el medio ambiente) <a href="https://www.youtube.com/watch?v=mv4gpnjic5D0">https://www.youtube.com/watch?v=mv4gpnjic5D0</a></p> <p>2. Hacer una lista de cuales de estos conceptos realizó yo en mi entorno.</p> <p>3. Qué puedo hacer yo para lograr realizar los 10 conceptos.</p> <p>4. Crear una canción con relación al tema.</p>	<p>1. Entre todos fue claro y quedo desde la acción la reflexión y la acción.</p> <p>2. En esta segunda actividad, el formador elaborará previo a la clase un listado de estereotipos relacionados con la parte estética del cuerpo teniendo en cuenta los puntos de vista negativos que socioculturalmente se han creado, dicho listado se presentara a los niños al inicio de la clase y se les pedirá un unto de vista personal a cada alumno que desee participar, el formador ira recepcionando cada punto de vista y dará una idea general del tema de estereotipo, luego en la parte final de la clase como cierre se les pedirá a los alumnos que definan cada concepto dado como estereotipo negativo y que ellos lo desde esa definición negativa entiendan los daños que puede causar a las personas el señalar ese tipo de cosas o conceptos, para ya finalmente el docente dar una conclusión a modo de feedback y genere una enseñanza grupal visible en torno a la erradicación de dichos estereotipos vistos.</p>	<p>Selecciona opciones adecuadas a sus condiciones en los educativos para el aprendizaje técnico de la quinta</p>	<p>Diferencia las fases del movimiento comprendiendo los tiempos, el impulso y los empujes al realizar coordinadamente la quinta y el equilibrio en movimientos técnicos</p>	<p>Implemento disequilibrios atrás al punto vertical ( ubicación espacial) trasladando el cuerpo con impulso.</p> <p>Identifico las diferentes fases del movimiento ( inicial, central y final), los disequilibrios y formas de rodamiento atrás con impulso y extensión de piernas y brazos.</p> <p>Aprecio los espacios recreo deportivos y los aprendizajes que enriquecen mis habilidades y destrezas de la gimnasia.</p>
	37	<p>Lo representará a través de un dibujo que será enviado al formador para hacer una cartelera.</p>			<p>Desarrolla los ejercicios educativos saltos y giros combinados</p>	<p>Construye elementos técnicos de saltos con fase de vuelo y antipicos a los ajustes corporales</p>	<p>Desarrollo actividades de ajuste corporal, equilibrio, independencia segmentaria e invertida con empuje.</p> <p>Elaboro ejercicios de coordinación, giros y fase de vuelo.</p> <p>Ejecuto correctamente ejercicios que implican despegue, utilizando asertivamente elementos para dar impulso.</p>
20	38				<p>Aplica los ejercicios educativos saltos y giros combinados</p>	<p>Reconoce elementos técnicos con saltos gimnásticos y logró anticiparme a ellos</p>	<p>Practico adecuadamente saltos gimnásticos (ruso, carpado, extendido, con fase de vuelo desde piso o elementos adicionales).</p> <p>Realizo ejercicios de coordinación, giros y fase de vuelo.</p> <p>Efectúo ejercicios utilizando despegues correctos y usando elementos para dar impulso.</p>
	39				<p>Maneja y ejecuta las transiciones de saltos</p>	<p>fortalece la coordinación de giros y saltos.</p>	<p>Combino ejercicios de coordinación, giros y fase de vuelo.</p> <p>Realizo salto extensión, salto agrupado, salto con giro, jeté, salto frontal como lateral y asamble.</p> <p>Utilizo las formas jugadas para realizar los despegues.</p>
21	40				<p>Implementa las transiciones de saltos</p>	<p>Emplea la coordinación y fortalece los saltos gimnásticos</p>	<p>Llevo a cabo ejercicios de coordinación, giros y fase de vuelo.</p> <p>Ejecuto salto extensión, salto agrupado, salto con giro, jeté, salto frontal como lateral y asamble.</p> <p>Efectúo en formas jugadas los despegues correctos, utilizando elementos para dar impulso.</p>
	41				<p>Ejecuta los ejercicios educativos rondada</p>	<p>Diferencia la orientación en los espacios y manejo los ejercicios con fase de vuelo</p>	<p>Reconozco la lateralidad, ubicación espacial y temporal.</p> <p>Desarrollo la posición inicial, apoyo de manos en el suelo, elevación de piernas y extensión de rodillas, ejecución de courbet, caída en dos pies y rechazo de pie.</p> <p>Practico en formas jugadas, los despegues correctos utilizando elementos para dar impulso.</p>
22	42				<p>Promueve ejercicios de educativos rondada</p>	<p>Aplica ejercicios con fase de vuelo y orientación</p>	<p>Reconozco la lateralidad, ubicación espacial y temporal.</p> <p>Desarrollo la posición inicial, apoyo de manos en el suelo, elevación de piernas y extensión de rodillas, ejecución de courbet, caída en dos pies y rechazo de pie.</p> <p>Realizo en forma jugada despegues correctos utilizando elementos para dar impulso.</p>
	43	<p>En la primera semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Utilizaremos algunas sesiones de clase para inducir al niño y luego adopte capacidades físicas funcionales para mejorar su vida aptitud física. Todo esto con el fin de que los escolares participen adecuadamente en actividades programadas o no.</p> <p><a href="https://youtu.be/1P67x0N9J0">https://youtu.be/1P67x0N9J0</a></p>	<p>En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Los estudiantes mirarán el video: semana <a href="https://youtu.be/OOIQQ7apu0Q">https://youtu.be/OOIQQ7apu0Q</a>. Límites sanos en la Relaciones (Se proyecta el video (Cuentos Saludables). Luego se les pide a los escolares que "escojan alguna imagen y mencionen qué les motivó para escoger esa imagen y qué harían en su vida para representarla.</p> <p>2.Observaremos los roles de cada uno, cuando se les pida que realicen un trabajo de investigación a los compañeros y deben preguntar en su familia sobre cuáles consideran que son los límites para que sean sanas las Relaciones. Harán las siguientes preguntas: ¿Cómo lo enseñaban los abuelos?, ¿cómo se enseñan ahora?, ¿qué diferencias observamos?, ¿qué similitudes tienen? Escribimos sobre ello y la exponemos al grupo.</p>	<p>En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad:</p> <p>1. Cuidado del entorno: Para esta actividad vamos a tener en cuenta todos los valores que nuestros padres, abuelos nos han enseñado, vamos tomar medio pliego de cartulina, hojas de cuaderno que estén limpias por un lado, colores, colbon, tijeras y todo con lo que podamos utilizar para nuestro mural, te voy nombrar todo aquello que nos permite, que nuestro planeta sea un planeta feliz, (separa las basuras, uso productos que se puedan reutilizar, apaga las luces, evitar dejar los aparatos enchufados, llevar tus propias bolsas al supermercado y planta árboles), como ya te nombre todo lo que a nuestro planeta le hace bien, vamos a diseñar un mural y lo pondremos en algún lugar de nuestra casa para que todos en familia siempre lo tengamos presente.</p> <p>2. Sentido de pertenencia: para actividad del día de hoy, voy a tomar un octavo de cartulina, si no tienes triángulo (a), vamos a realizarlo en hojas tamaño carta o hojas que tengas limpias en tu casa, te vas dibujar de cabeza a pies en forma de silueta, es decir solo croquis de cuerpo, les vas poner tu nombre completo, edad, sexo, y en resto de tu dibujo, vas poner, tus cualidades, tus defectos, tus sueños, tus ideas, que te hacen feliz, lo que te gusta, lo que no te gusta, cuando termines de realizar tu dibujo pégalo en tu cuarto o habitación, y nunca olvides lo importante que tu eres, para ti mismo, y que cuando tengas todo lo que eres, eres un ser maravilloso para la sociedad,</p>	<p>En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la quinta semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la sexta semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la séptima semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la octava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la novena semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la décima semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la undécima semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la duodécima semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la treceava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la catorceava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la quinceava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace <a href="https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12">https://www.facebook.com/IDRDBogota/videos/225984985356628/?t=12</a></p> <p>En la dieciséava semana, se realizará la siguiente actividad :</p> <p>1. Mediante el siguiente enlace </p>		

	50					Identifica las combinaciones de invertida - rueda lateral	Refuerza su condición de coordinación junto con los elementos técnicos y formas jugadas	Reconozco las fases de la media luna.
								Domino nociones temporoespaciales a través del juego.
26	51					Ejecuta combinaciones de invertida - rueda lateral	Identifica las posturas a realizar junto con los elementos técnicos y formas jugadas	Aplico las posturas y el equilibrio variando los apoyos corporales.
								Reconozco los ejercicios educativos media luna a una mano.
	52					Crea habilidades motrices en su entorno natural a través del juego.	Aplica la ubicación espacial en elementos técnicos de piso.	Participo con agrado en las actividades propuestas en clase.
								Exploro los apoyos corporales, como pateo y balances.
								Asimila la transición de posturas arco a pasar
								Me integro a situaciones de juegos de exploración para el desarrollo de elementos técnicos.
27	53	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	Implementa educativos para la ejecución de la media luna - arco	Ubica mi cuerpo en el espacio en la ejecución de elementos técnicos de piso.	Reconozco los apoyos corporales, ajuste corporal, trayectoria y cambios de posición
								Relaciono mi cuerpo con el espacio
	54					Refuerza educativos para la ejecución de la media luna - arco	Crea diferentes combinaciones de elementos técnicos de piso.	Propongo diferentes habilidades motrices en su entorno natural a través del juego.
								Refuerzo los apoyos corporales, ajuste corporal, trayectoria y cambios de posición
								Ejecuto las diferentes combinaciones de elementos técnicos de la gimnasia, teniendo en cuenta el espacio donde se trabaja.
								Practico diferentes habilidades motrices en su entorno natural a través del juego.
28	55					Certamen de destrezas básicas de la gimnasia	Aplica todo lo aprendido durante este tiempo en el certamen de destrezas de la gimnasia.	Muestro los diferentes elementos de la gimnasia aprendidos en las sesiones de clase.
								Exploro habilidades que se me facilitan para adquisición de secuencias de movimiento complejas de acuerdo a los elementos vistos en clase.
	56					Certamen de destrezas básicas de la gimnasia	Vivencia esquemas de gimnasia teniendo en cuenta mis capacidades y lo aprendidos en clase.	Participo con entusiasmo del certamen organizado por el Centro de Interés.
								Genero espacios de participación y convivencia mediante la práctica y muestra el esquema gimnástico.
								Exploro habilidades que le facilitan la adquisición de secuencias de movimiento complejas de acuerdo a los elementos vistos en clase.
								Me integro a las actividades propuestas para el certamen de gimnasia de fin de año.

DOMINIO									
OBJETIVO GENERAL					Reconocer sus capacidades físicas, habilidades motrices y el conocimiento del cuerpo para adaptar el movimiento a cada situación motriz y de su entorno social fortaleciendo su autoestima.				
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Perfeccionar posturas corporales propias de las técnicas de movimiento y los efectos fisiológicos de la respiración en el desarrollo de la actividad física.			
					DIMENSIÓN LÚDICA	Reconocer las circunstancias que se presentan en el juego, favoreciendo el desarrollo integral.			
					DIMENSIÓN COGNITIVA	Proponer nuevas estructuras de movimiento en esquemas de gimnasia.			
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS	
29	57	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Clasifica los principios básicos de los educativos	Reconoce la importancia de la salud mental, reflexión y experiencias de intercambio de saberes	Comprendo la importancia de la tensión y auto concepto.	Participo en juegos de reacción y memoria.
	58					Aplica los diferentes conceptos educativos	Aplica conceptos propios de salud mental la reflexión y experiencias de intercambio de saberes	Identifico actividades de formación de experiencias.	Participo con entusiasmo por la asignación de tareas.
30	59					Ajusta elementos con fase de vuelo adelante	Realiza movimientos de anticipación y ejecuto movimientos básicos del elemento de paloma	Ejecuto los movimientos propuestos por mi formador.	Participo en Juegos de esparcimiento con ejes deportivos.
	60					Implementa elementos con fase de vuelo adelante	Clasifica movimientos de anticipación y realizo actividades que me permiten la ejecución de la paloma	Identifico los diferentes momentos de orientación, sincronización, coordinación.	Ejecuto posición inicial, desequilibrio, empuje, ajuste, aplica los ajustes aprendidos en la preparación física.
	61					Identifica elementos con fase de vuelo atrás	Afianza los movimientos de anticipación e identifico movimientos para el desarrollo del flic-flac	Realizo juegos de velocidad del movimiento manteniendo control postural.	Ejecuto los diferentes momentos de orientación, sincronización y coordinación.
	62					Reconoce elementos con fase de vuelo atrás	Relaciona movimientos de anticipación. Ejecuto movimientos básicos educativos del flic-flac	Llevo a cabo la posición inicial, desequilibrio, empuje, ajuste, aplico los ajustes aprendidos en la preparación física.	Participo en Juegos de velocidad del movimiento manteniendo control postural.
31	63					Promueve cualidades físicas mediante ejercicios y controles básicos de flexibilidad	Asocia aspectos básicos de la flexibilidad y controla posiciones gimnásticas con flexibilidad	Afianzo movimientos de orientación, sincronización y coordinación.	Afianzo posición inicial, desequilibrio, empuje, ajuste, aplico los ajustes aprendidos en la preparación física.
	64					Comprende las capacidades coordinativas mediante ejercicios de coordinación dinámica general y saltos gimnásticos	Compara movimientos de coordinación dinámica general y aplico saltos gimnásticos de amplitud	Participo en juegos de velocidad del movimiento manteniendo control postural.	Clasifico movimientos de orientación, sincronización y coordinación.
32	65					Percebe la importancia de las posiciones básicas de gimnasia con diferentes combinaciones y transiciones.	Relaciona movimientos no locomotrices y empleo combinaciones de los elementos vistos	Afianzo posición inicial, desequilibrio, empuje, ajuste, aplica los ajustes aprendidos en la preparación física.	Participo en juegos de velocidad del movimiento manteniendo control postural.
	66					Identifica actividades rítmicas por medio de actividades secuenciales	Aplica desplazamientos con ritmo y explora secuencias de movimiento con elementos	Identifico y determino aspectos básicos para el manejo de la flexibilidad asistida y pasiva en movimientos individuales y grupales.	Desarrollo actividades gimnásticas de Split y deslizamiento a spagat y arco aceptando la existencia de diferencias en el nivel de destrezas.
34	67					Vincula elementos para el desarrollo de las actividades gimnásticas	Adapta movimientos con elementos gimnásticos	Mejoro su memoria y reconocimiento de espacios a través de formas jugadas.	Ejecuto saltos y desplazamientos con combinaciones alternas.
	68					Comprende las actividades gimnásticas básicas con elementos	Construye movimientos con elementos básicos de la gimnasia rítmica	Identifico entradas de saltos carpado, ruso y extendido.	Mejoro su memoria y reconocimiento de espacios a través de formas jugadas.
35	69	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Adapta esquemas cortos creados por ellos mismos, (enlaces de movimientos)	Crea un esquema corto con un elemento de gimnasia rítmica	Adapto mi cuerpo a balanceos inclinaciones y empujes.	Reconozco rolo invertida y quinta para la realización de transiciones.
	70					Relaciona esquemas cortos creados, (enlaces de movimientos)	Afianza las destrezas trabajadas para el esquema de gimnasia rítmica	Participo activamente en las actividades de baile terapia.	Identifico los diferentes desplazamientos con ritmos e implementos.
36	71					Practica los ejercicios educativos para la realización de acrobacias	Prepara técnicamente los elementos acrobáticos con ayuda de musicalización y realizo ejercicios	Controlo las secuencias por medio de juegos con elementos.	Experimento juegos por medio de base corporal y competitiva.
	72							Identifico los diferentes movimientos con el elemento de pelota y aro.	Ejecuto movimientos con elementos de pelota y aro.
37	73							Practico actividades con juegos de pelotas pequeñas.	Identifico movimientos básicos con cintas y mazas.
	74							Ejecuto movimientos básicos con cintas y mazas.	Ejecuto movimientos básicos con cintas y mazas.
38	75							Domino movimientos con cintas pequeñas y retos.	Reconozco las destrezas que puedo realizar para la creación del esquema
	76							Reconozco cómo agrupar el cuerpo y las traslaciones corporales.	Escogo el elemento de la gimnasia rítmica que voy a trabajar, e inicio la creación del esquema.
39	77							Comparto con mis compañeros el montaje creado hasta el momento.	Perfecciono las destrezas de gimnasia rítmica, aprendidas en clase.
	78							Observo los esquemas de mis compañeros y apporto para su creación.	Continuo en la elaboración del esquema de gimnasia rítmica.
40	79								Observo los esquemas de mis compañeros y apporto para su creación.
	80								Ejecuto las Posiciones básicas de Extensión, Carpado, Agrupado, Arco, Horcajadas, Planchas frontal, lateral. Posición de base vertical y horizontal.
41	81								Reconozco cómo agrupar el cuerpo y las traslaciones corporales.
	82								

36							con fase de vuelo	Implemento diferentes ritmos musicales durante la práctica de los elementos escogidos para la realización del esquema gimnástico.
	72					Implementa nuevos ejercicios educativos para la realización de acrobacias	Relaciona técnicamente los elementos acrobáticos y las rutinas de elementos gimnásticos de alta complejidad.	Practico los ejercicios técnicos para la realización del rollo con altura y las variables de los elementos de piso. Exploro rutinas de ejercicios que me facilitan la adquisición de secuencias de movimiento complejas de acuerdo a los elementos gimnásticos trabajados. Practico las técnicas de asistencia y cuidado, en la realización de apoyos de elementos de mediana y alta complejidad.
37	73	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Maneja adecuadamente los educativos acrobáticos movimientos agrupados y extendidos	Implementa los elementos técnicos acrobáticos desarrollo los ejercicios con fase de vuelo	Afronto adecuadamente situaciones de vértigo, perfeccionando el rollo con altura, variable de los elementos de piso. Reconozco cómo agrupar el cuerpo y las traslaciones corporales. Utilizo la asistencia y cuides tanto en casa como en la IED.
	74					Retoma las temáticas vistas en sesiones anteriores	Socializa de manera práctica las diferentes temáticas vistas en las semanas anteriores	Realizo adecuadamente la combinación de elementos (saltos y elementos de flexibilidad). Reconozco la importancia del respeto la libertad de expresión. Fortalezco habilidades corporales y técnicas.
38	75					Apropia el manejo de combinaciones y enlaces	Participa en estaciones demostrando las habilidades básicas.	Creo diferentes enlaces y combinaciones de elementos de la gimnasia. Ejecuto diferentes enlaces y combinaciones de elementos de la gimnasia. Domino los diferentes enlaces y combinaciones escogidas para mi esquema gimnástico.
	76					Emplea combinaciones y enlaces gimnásticos	Involucra mis capacidades en estaciones, demostrando las habilidades básicas.	Demuestro en las diferentes estaciones mis capacidades y habilidades básicas en la gimnasia. Ejecuto con fluidez en las diferentes estaciones mis capacidades y habilidades gimnásticas. Disfruto mis habilidades básicas en cada una de las estaciones.
39	77					Participa en el festival de habilidades	Realiza muestras con los diferentes elementos gimnásticos y evidencio mi proceso de aprendizaje.	Desarrollo un esquema individual o grupal en las muestras de mi centro de interés. Ejecuto mi esquema frente a mis compañeros y mi formadora de gimnasia. Realizo a mi gusto el esquema gimnástico con ayuda de la musicalización.
	78					Demuestra habilidades a través del festival de gimnasia (esquemas)	Genera espacios de participación y convivencia mediante la práctica y muestra de esquema gimnástico.	Desarrollo mi esquema individual o grupal en las muestras de la IED. Ejecuto mi esquema frente a los padres de familia de la IED. Reconozco mis avances durante el proceso de aprendizaje y la presentación final en los festivales de gimnasia.
40	79					Hace parte activa de las muestras finales de gimnasia	Asiste a los ensayos para la muestra de los diferentes montajes .	Realizo el esquema que voy a presentar, perfeccionando las destrezas, manejo de implementos y montaje coreográfico. Apoyo a mis compañeros para las correcciones de los diferentes esquemas. Respeto el trabajo de mis compañeros teniendo en cuenta las habilidades personales.
	80					Participa de las actividades programadas por el centro de interés de gimnasia (muestra final gimnastica)	Comparte con todos los miembros de la institución la muestra final del centro de interés de gimnasia	Demuestro a través de una presentación los avances obtenidos este año, en el Centro de Interés de Gimnasia. Participo con agrado en las actividades de fin de año. Muestro interés por pertenecer al Centro de Interés de Gimnasia.















JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA												
CENTRO DE INTERÉS GIMNASIA												
MALLA CURRICULAR CICLO 4												
EXPLORACIÓN												
OBJETIVO GENERAL						Fortalecer por medio de la exploración el desarrollo de la adquisición de destrezas, habilidades, cambios comportamentales y expresiones lúdicas, a través de la utilización de un lenguaje acorde al nivel de conocimiento de los participantes, a sus derechos y de las actividades lúdico-deportivas, enfocadas al desarrollo integral.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Crear movimientos con desplazamiento y manipulación.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Interpretar situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Tomar decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.					
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN LÚDICO - MOTRIZ						
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS				
1	1					Reconoce el grupo destacando sus debilidades y fortalezas	Identifica el grupo de trabajo a través de la presentación individual de cada uno de sus integrantes	Presento el Proyecto 7854.				
	Reconozco los aspectos básicos del centro de interés.											
Informo con ayuda y autorización de mis padres los datos de contacto al formador .												
Aplico los Protocolos de seguridad en los espacios de trabajo.												
2	2					Afianza las habilidades motrices de los estudiantes	Reconoce habilidades motrices a través del juego	Identifico y reconozco las posturas y nombres básicos para rutinas de calentamiento y elementos de flexibilidad.				
								Exploro circuitos motrices para la observación y valoración del esquema corporal.				
								Ejecuto interacciones grupales e individuales para evidenciar mis habilidades en grupo.				
2	3					Realiza los diferentes test de entrada	Valora el estado físico de los estudiantes aplicando un test de entrada	Evidencio el estado físico por la variable de fuerza.				
								Identifico el estado físico por la variable de resistencia.				
								Reconozco el estado físico por las variables: potencia de piernas y coordinación.				
2	4					Ejecuta los test específico de gimnasia	Diagnostica las capacidades básicas a través de test específicos de gimnasia	Ejecuto tareas motrices (rollos adelante y atrás, invertidas de cabeza y en dos apoyos, rueda lateral).				
								Desarrollo test de flexibilidad (rango de split, rango spagat, arco).				
								Empleo correctamente la técnica de carrera.				
3	5					Desarrolla y perfecciona la base gimnástica	Inicia al centro de interés de gimnasia	Implemento correctamente posturas corporales, para la iniciación de un elemento técnico, apoyo invertido ,ante salto, entradas, bases de rollitos, combinaciones.				
								Reconozco la importancia de la seguridad en la ejecución de elementos y autocuidado.				
								Promuevo las diferentes posturas de la flexibilidad (rango de split, rango spagat, arco).				
3	6					Reconoce y perfecciona la base gimnástica	Explora los elementos básicos del centro de interés gimnasia	Ejecuto posturas corporales para la iniciación de un elemento técnico (Ante salto, entradas , bases de rollitos, combinaciones).				
								Distingo las diferentes posturas de la flexibilidad (rango de split, rango spagat, arco).				
4	7					Afianza y mejora las cualidades físicas	Relaciona los elementos básicos del centro de interés gimnasia	Desarrollo ajuste corporal en planchas y posturas y rechazos, flexibilidad, split,spagat,hombros y columna.				
								Aplico los conocimiento sobre autocuidado en la ejecución de diversos elementos.				
								Implemento ajustes corporales a través de ejercicios diversos y posturas.				
4	8					Explora la fuerza y el acondicionamiento postural	Fortalece la capacidad física de la fuerza para el desarrollo de los ejercicios en apoyos de manos	Exploro situaciones de juego experimentando con mi propio peso.				
								Ejecuto diversas posiciones: de cubito dorsal, estática o lagartijas, planchas de manos y codos, fuerza Abdominal en posición extendida).				
								Aplico los conocimiento sobre y auto cuidado en la ejecución de diversos elementos.				
												Controlo mi cuerpo adecuadamente ajustándose a diversas posturas gimnásticas.
												Exploro situaciones de juego experimentando con mi propio peso.
												Reconozco el lado dominante derecha o izquierda a través de juegos y ejercicios de lateralidad.
		Experimento diversas posturas de equilibrio invertido a través de formas jugadas.										

5	9					equilibrio invertido con y sin ayuda	lateralidad y direccionalidad en diferentes situaciones.	<p>Aprendo la correcta ejecución del mosquito, así como la ejecución 3/4 parada de manos, haciendo énfasis en la posición de brazos y caída en lunge.</p> <p>Afianzo ajustes posturales manteniendo mi cuerpo recto con la ayuda de la pared en invertida de manos.</p>
	10					Aprende y practica el equilibrio invertido con y sin ayuda	Fortalece la capacidad física de la fuerza para mejorar el desarrollo de la invertida.	<p>Ejecuto ejercicios de fuerza para el tren superior individual y por parejas.</p> <p>Aplico la invertida de manos alineando por segmentos mi cuerpo.</p> <p>Desarrollo la parada de manos manteniéndola por 20 segundos.</p> <p>Ejecuto la parada de manos a caer en una posición acostada dorsal extendida.</p>
6	11					Reconoce la correcta ejecución del arco	Incrementa la amplitud del arqueado a través de ejercicios de flexibilidad de tren superior, para mejorar las posiciones básicas y figuras con arco.	<p>Reconozco diferentes ejercicios de flexibilidad para espalda, hombro y brazos.</p> <p>Aprendo la correcta ejecución del arco desde el suelo y práctico sus pasos con y sin ayuda.</p> <p>Identifico las diferentes variaciones que tiene el arco y genero conciencia al realizar el ejercicio.</p> <p>Aprendo a tener ajuste postural y control del cuerpo, combinando la parada de manos a caer en arco.</p>
	12					Logra una condición física óptima, para el buen desarrollo de los ejercicios específicos de la gimnasia	Identifica y realizo diferentes ejercicios de preparación física a través del fortalecimiento de las capacidades físicas de fuerza y flexibilidad.	<p>Desarrollo la fuerza abdominal a través de posturas de planchas y abdominales con repeticiones con y sin ayuda.</p> <p>Desarrollo la fuerza de piernas a través de ejercicios de carrera, zancadas, saltos.</p> <p>Reconozco ejercicios de ajuste corporal: (Straight-hollo,) sosteniendo el cuerpo en posición extendida ahuecada con variantes. (posición canoa ventral,dorsal,lateral).</p> <p>Desarrollo y aumento la flexibilidad con ejercicios como el split, spagat y straddle split lateral (con ayuda de la pared).</p>
7	13					Vivencia diferentes juegos y actividades que impliquen el mantenimiento del equilibrio estático y dinámico	Adquiere confianza ante diferentes situaciones de equilibrio	<p>Realizo ejercicios lúdicos de equilibrio con objetos, sobre línea recta.</p> <p>Realizo retos y juegos de dificultad que me ayuden al fortalecimiento del equilibrio.</p> <p>Aprendo y identifico ejercicios coreográficos posturales: Chasse adelante a mantener, giros pivote 1/2 y 180 grados.</p> <p>Practico la correcta ejecución de la palanca, permitiendo una mejora del equilibrio estático.</p>
	14					Aprende la correcta ejecución de la rueda lateral y la medialuna	Practica con precisión los ejercicios propuestos	<p>Reconozco la diferencia entre rueda lateral y medialuna.</p> <p>Ejecuto la rueda lateral sobre línea recta manteniendo el ajuste postural.</p> <p>Aprendo los pasos correspondientes de la medialuna (énfasis trabajo sobre línea recta).</p> <p>Combino ante salto y medialuna.</p>
8	15					Realiza ejercicios de la gimnasia básica de piso	Logra el mayor número de experiencias motrices en situaciones prácticas en suelo	<p>Genero y afianzo control de la posición del propio cuerpo.</p> <p>Mejoro los patrones básicos de movimiento y la motricidad en general.</p> <p>Repaso elementos de suelo: rollos adelante, rollos atrás, cuarta, quinta y invertidas.</p> <p>Reconozco y acepto mis propias posibilidades de movimiento y retroalimentación las correcciones generadas en las ejecuciones de los ejercicios.</p>
	16					Combina diferentes ejercicios básicos a través de la creación de esquemas	Mezcla armoniosamente los ejercicios vistos tanto acrobáticos como coreográficos haciendo buen uso del espacio del piso, cambiando la dirección y el nivel de movimiento.	<p>Realizo enlaces de ejercicios vistos, haciendo énfasis en la correcta ejecución de cada uno.</p> <p>Construyo un esquema básico donde involucre todos los elementos vistos.</p> <p>Genero confianza, seguridad y concentración al momento de presentar un esquema.</p> <p>Conozco las correcciones del esquema realizado y la evaluación apreciativa.</p>

9	17	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:			Identifica los ejercicios en suelo empleando elementos acrobáticos, gimnásticos y de coreografía.	Fortalece los gestos técnicos en los elementos acrobáticos de la gimnasia.	Realizo Ejercicios de Equilibrio dinámico, estático, fuerza de brazos, flexibilidad de hombro, coxofemoral, columna.
	18	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:  1. Se Realizará la lectura del cuento "ÉRASE UNA VEZ UN CUENTO AL REVÉS EL PRINCIPE CENICIENTO" y en base a este se hará un concurso de cuentos no sexistas.  2. Se Incrementara la autoestima por medio de la siguiente actividad: Se les pedirá que dibujen un árbol grande, con las raíces y algunos frutos. Después, se les indica que cada uno y una escriba en las raíces sus capacidades, en las ramas las cosas positivas que hacen y en los frutos los éxitos. Para luego socializarlo.	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomoda a la sesión clase:  1. Realizaré un conversatorio de los beneficios de la práctica deportiva y los buenos hábitos alimenticios.  2. Nos cuestionaremos sobre la división sexual del trabajo y dialogaremos sobre ello.  Se repartirán fichas de profesiones y luego preguntamos: ¿Se esperaban esto?, ¿pueden las mujeres trabajar con estos objetos?, ¿conocemos a mujeres que trabajen con estos objetos?, ¿y los hombres?, ¿pueden trabajar los hombres con estos objetos?, ¿conocemos alguno que lo haga? Hablamos sobre qué profesiones les gustan, qué quieren ser de mayores. Observar si hay división por género y comentarlo	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se a como a la sesión clase:  1. Proyectaré el cortometraje igualdad y no discriminación y generaré una conversación con los niños y niñas.  2. Reflexionaremos sobre las expectativas de futuro y su relación con el género, utilizando cuaderno y bolígrafo. Pidiendo a los alumnos y alumnas que escriban sobre: cómo se ven dentro de 15 años: trabajo, familia, aficiones. Leer en alto y observar si hay similitudes y diferencias entre chicas y chicos. Hablar al respecto: ¿Tenemos expectativas diferente tes cada quién?, ¿se parecen las de los chicos entre sí?, ¿y las de las chicas? Si ocurre, ¿por qué piensa que ocurre esto?, ¿o cada una es diferente?	Ejecuta series acrobáticas, gimnásticas y de coreografía en uso versátil del espacio del suelo.	Evidencia posibilidades y limitaciones corporales al resolver situaciones motrices durante la ejecución de los ejercicios estáticos y dinámicos	Familiarizo el acoplamiento de varios movimientos acrobáticos en los elementos gimnásticos: paloma, rollo adelante y arco a pasar – Split.
							Realizo saltos y elementos de baile, unidos a elementos acrobáticos y pre-acrobáticos.
							Aplico Juegos y dinámicas de condición física que permitan conocer las fortalezas y debilidades de cada estudiante.
10	19				Utiliza el minitramp como medio de aprendizaje mediante la observación del mismo y el manejo primario (manipulación del aparato).	Controla mis segmentos corporales y ajuste postural a través de la ejecución de ejercicios gimnásticos con minitramp.	Realizo circuitos con ejercicios estáticos y dinámicos de los movimientos posturales fundamentales enlazados con los elementos de la gimnasia acorde al nivel de preparación física del estudiante.
	20				Logra diferentes ejercicios propuestos en el minitramp	Desarrolla control y ajuste postural en los movimientos técnicos de los elementos acrobáticos a través de la ejecución de saltos con minitramp	Familiarizo el acoplamiento de varios movimientos acrobáticos en los elementos gimnásticos: media luna, arco a pasar Spagat, Round off y Quinta, Split.
							Realizo saltos y elementos de baile, unidos a elementos acrobáticos y pre-acrobáticos.
							Aplico Juegos y dinámicas que estimulen el equilibrio corporal y la cooperación, para probar y estimular la confianza en uno mismo y en el grupo.
11	21				Utiliza el minitramp como medio de aprendizaje mediante la observación del mismo y el manejo primario (manipulación de	Controla mis segmentos corporales y ajuste postural a través de la ejecución de ejercicios gimnásticos con minitramp.	Controlo mi cuerpo en la fase de vuelo en el salto sobre el mini tramp.
	22				Logra diferentes ejercicios propuestos en el minitramp	Desarrolla control y ajuste postural en los movimientos técnicos de los elementos acrobáticos a través de la ejecución de saltos con minitramp	Controlo mi cuerpo en la fase de caída en el salto sobre el mini tramp.
							Efectuo los siguientes saltos: rollos, pescado, mortal adelante agrupado
							Ejecuto las correcciones de los diferentes ejercicios en el mini tramp reconociendo los errores y las dificultades a través de la observación y la ejecución.
12	23				Utiliza el minitramp como medio de aprendizaje mediante la observación del mismo y el manejo primario (manipulación de)	Controla mis segmentos corporales y ajuste postural a través de la ejecución de ejercicios gimnásticos con minitramp.	Practico saltos en el minitramp a diferentes en vertical con impulso y ejecuto un elemento de dificultad por encima del aparato antes de aterrizar en la colchoneta.
	24				Logra diferentes ejercicios propuestos en el minitramp	Desarrolla control y ajuste postural en los movimientos técnicos de los elementos acrobáticos a través de la ejecución de saltos con	Controlo mi cuerpo en la fase de caída en el salto sobre el mini tramp.
							Efectuo los siguientes saltos: rollos, pescado, mortal adelante agrupado, mortal adelante carpado
							Ejecuto las correcciones de los diferentes ejercicios en el mini tramp reconociendo los errores y las dificultades a través de la observación y la ejecución.

								minitramp	Repaso los ejercicios vistos en equilibrio, fuerza, flexibilidad y mejoró en los diferentes saltos vistos.	
--	--	--	--	--	--	--	--	-----------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

13	25	En la primera semana, se realizará la siguiente actividad se puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la segunda semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la tercera semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	En la cuarta semana, se realizará la siguiente actividad el formador puede escoger la que mejor se acomode a la sesión de clase:	Utiliza el minitramp como medio de aprendizaje mediante la observación del mismo y el manejo primario (manipulación de	Controla mis segmentos corporales y ajuste postural a través de la ejecución de ejercicios gimnásticos con minitramp.	Controlo mi cuerpo en la fase de vuelo en el salto sobre el mini tramp.
	26	1. Utilizaremos algunos cuentos como: ¡Qué fastidio ser princesa! o Don Caballito de Mar. para dialogar sobre la construcción de estereotipos vinculados a cuentos infantiles e historietas que perduran en el tiempo.	1. Sensibilizaremos a las familias sobre la importancia que tiene la igualdad de oportunidades entre niños y niñas por medio de relatos cortos sobre biografías con una característica primordial "oportunidades a personas en las que nadie creía" (harried hacia la búsqueda de la libertad, opcional)	1. Se realizará un juego de roles familiares en donde uno de los protagonistas será el encargado del reparto equitativo y participativo en las tareas domésticas. Favoreciendo así el trabajo cooperativo y la empatía hacia el que hacer de los demás.	1. Se observara un corto video sobre la gimnasia con discapacidad y otro video de gimnasia sin discapacidad y se hará un conversatorio con los estudiantes	Logra diferentes ejercicios propuestos en el minitramp	Desarrolla control y ajuste postural en los movimientos técnicos de los elementos acrobáticos a través de la ejecución de saltos con minitramp	Controlo mi cuerpo en la fase de caída en el salto sobre el mini tramp.
								Efectuo los siguientes saltos: rollos, pescado, mortal adelante agrupado .mortal adelante carpado.
								Repaso los ejercicios vistos en equilibrio, fuerza, flexibilidad y mejoró en los diferentes saltos vistos.
14	27	2. Se realizará una actividad donde cada estudiante expresara que quiere ser cuando salga del colegio y qué cualidades cree que tiene para poder lograr ese objetivo y lo relacionarán con los demás compañeros.	2. Se realizará una actividad con los integrantes de la familia realizando cada uno un ejercicio de coordinación y van a unirlos, para que al final todos hagan la coreografía donde todos aportaron.	2. Previamente se hará una recopilación de grandes cambios dados por grupos sociales, analizaremos características, motivos o necesidades de dichos cambios y herramientas utilizadas con el fin de preguntarnos. Que debo ser para lograr una transformación.	2. Describiremos qué entendemos por la palabra inclusión, lo expresaremos con un dibujo, palabra, o composición combinando diferentes elementos que den cuenta de la proyección de dicho concepto a nivel individual y/o social.	Utiliza el minitramp como medio de aprendizaje mediante la observación del mismo y el manejo primario (manipulación de	Controla mis segmentos corporales y ajuste postural a través de la ejecución de ejercicios gimnásticos con minitramp.	Controlo mi cuerpo en la fase de vuelo en el salto sobre el mini tramp.
	28				Logra diferentes ejercicios propuestos en el minitramp	Desarrolla control y ajuste postural en los movimientos técnicos de los elementos acrobáticos a través de la ejecución de saltos con minitramp	Controlo mi cuerpo en la fase de caída en el salto sobre el mini tramp.	
							Efectuo los siguientes saltos: rollos, pescado, mortal adelante agrupado .mortal adelante carpado, mortal extendido adelante.	
							Ejecuto las correcciones de los diferentes ejercicios en el mini tramp reconociendo los errores y las dificultades a través de la observación y la ejecución.	

APROPIACIÓN												
OBJETIVO GENERAL						Aplicar las condiciones individuales y grupales adquiridas en la realización de ejercicios,destrezas,y enlaces propios de las diferentes modalidades de la gimnasia de forma creativa, y participativa en el trabajo en equipo.						
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Combinar movimientos con uso de elementos.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconocer la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las actividades recreativas con mis compañeros.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reconocer mis potencialidades para realizar actividad física orientada hacia mi salud.					
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS				
15	29					Fortalece las capacidades físicas para afianzar las habilidades específicas de la gimnasia	Mejora la técnica en los elementos gimnásticos de equilibrio y fuerza	Realizo la transición de posiciones y equilibrio de posturas en 1,2, 3 y 4 apoyos con ejercicios de fuerza.				
								Fortalezco las posturas de equilibrio en varios apoyos junto con los ejercicios de fuerza.				
								Mejoro las posiciones básicas con apoyo, vela, apoyo de cabeza, apoyo invertido y posición lateral con apoyo.				
								Repaso las posturas de equilibrio, fuerza y los diferentes apoyos mejorando la técnica en cada una.				
	30									Realiza habilidades gimnásticas específicas y acrobáticas en función del nivel y las posibilidades de ejecución	Crea enlaces acrobáticos a partir de las habilidades motrices trabajadas	Exploro ejercicios de equilibrio dinámico, estático y fuerza isométrica.
												Fortalezco los ejercicios vistos en equilibrio dinámico, estático y fuerza isométrica.
												Mejoro las posiciones básicas en extensión, carpado, agrupado, arco, horcajadas, planchas frontal, lateral, posición de soporte de base vertical y horizontal.
												Utilizo correctamente el material de seguridad: colchonetas y minitramp.

16	31
	32

Fortalece las capacidades coordinativas; avance y adquisición de gestos técnico propios de la gimnasia rítmica	Aprende nuevos elementos de estabilización y dominio de la cuerda de la gimnasia rítmica	Realizo ejercicios de coordinación, ritmo y velocidad con la cuerda como elemento gimnástico en la ejecución de los lanzamientos y recuperaciones.
		Asimilo escapadas y rotaciones con la cuerda.
		Ejecuto saltos cuerda abierta sujeta por las dos manos.
		Manejo diferentes ejercicios de cuerda para los balanceos, circunducciones, movimientos en 8 y velas.
Intensifica la coordinación y la fuerza muscular en movimientos de ballet, danza y gimnasia en la utilización de los elementos de la gimnasia rítmica	Identifica diferentes ejercicios de coordinación, ritmo y agilidad con la sog	Empleo circuitos de coordinación, ritmo y velocidad con elemento cuerda.
		Ejecuto escapadas y rotaciones con la cuerda.
		Ejecuto diferentes saltos cuerda abierta sujeta por las dos manos, giros hacia adelante, atrás o lateralmente.
		Manejo diferentes ejercicios de cuerda para los balanceos, circunducciones, movimientos en 8 y velas.

17	33	En la primera semana de junio, se plantean las siguientes actividades:	Segunda semana, se plantean las siguientes actividades:  1. Se realizará una lista de diez frases negativas que se han escuchado en el diario vivir, por ejemplo: "Eres un inútil, no haces nada bien." ¿Cuáles ha escuchado en casa? ¿Cuáles he dicho? Después, se realizará el mismo ejercicio, pero con frases positivas, por ejemplo: "Estoy orgulloso de ti." "Eres muy simpática. Nos preguntaremos entonces : ¿Cómo construir ambientes protectores? ¿Nuestra manera de expresarnos garantiza un ambiente protector para mí y para quienes me rodean? ¿Contribuyo en la construcción de un ambiente de respeto y protección mutuo? Se les invitará a hacer un compromiso, el cual será evitar decir cosas negativas, enumerar aspectos positivos de los otros y esforzarnos por escuchar y opinar con respeto y empatía.					desarrolla las capacidades básicas, en la ejecución de posturas y movimientos para el manejo del elemento en la gimnasia rítmica	Aprinde a coordinar mi cuerpo manipulando el aro en la gimnasia rítmica	Implemento correctamente los ejercicios de coordinación, ritmo y velocidad con el aro. Realizo acciones como manipular, saltar, lanzar, atrapar, rodar, entorno a este mismo elemento.
	34	1. Cuerpo y emociones – inteligencia intrapersonal Preguntas orientadoras ¿reconozco mis propias emociones? ¿Cómo se maneja tu cuerpo con cada emoción? Se socializará con los estudiantes la importancia de reconocer sus emociones y como esto interviene en su desarrollo Biopsicosocial en su entorno personal y familiar. Para ello haremos una selección de emociones entre: (felicidad, ira, desesperación, tristeza, calma y otras) posteriormente se procederá a hacer el calentamiento con ejercicios que el formador seleccione, pero teniendo en cuenta la emoción seleccionada. Ejemplo: vamos a trotar 30 segundos como si estuviéramos enojados, luego vamos a trotar 30 segundos como si estuviéramos muy felices, vamos a saltar como si estuviéramos tristes, etc... por ultimo se hará la reflexión de como influyen nuestros estados de ánimo en nuestra práctica deportiva y más allá como influyen en nuestra vida diaria al relacionarnos con nosotros mismos y con las personas que nos rodean. Y entendiendo esto resaltar la importancia de la						Utiliza las habilidades motrices para generar patrones de movimiento con elementos de la gimnasia artística	Realiza diferentes movimientos y enlaces de habilidades aprendidos con el aro.	Manejo diferentes movimientos corporales incorporando la técnica del manejo del Aro.  Ajusto desplazamientos combinados con saltos , lanzamientos, recepciones, giros y rodamientos del aro, en un tiempo y en un espacio.  Desarrollo juegos con el elemento.
18	35			Tercera semana, se plantean las siguientes actividades:  1. El formador reproducirá el video El cuidado de nuestro entorno está en tus manos <a href="https://www.youtube.com/watch?v=VLUzIT7uTNY">https://www.youtube.com/watch?v=VLUzIT7uTNY</a> . Y al final preguntara a los estudiantes si reciclan en sus casas.	Cuarta semana, se plantean las siguientes actividades:  1. Se proyectará el corto "Piedra, papel o tijera" <a href="https://www.youtube.com/watch?v=noP2S04kID0">https://www.youtube.com/watch?v=noP2S04kID0</a> y se reflexionará sobre los estereotipos que nos hacen excluir o rechazar a otros , nos preguntaremos ¿porque de estas conductas? que pensamientos y sentimientos desencadenan las acciones con las que no respeto el cuerpo del otro al querer luzca como el mío.			Explora movimientos y ejercicios que le permiten la manipulación de elementos de la gimnasia rítmica.	Desarrolla diferentes técnicas para lograr la manipulación del balón	Ejecute ejercicios de coordinación, ritmo y velocidad con el balón. Lanzo, atrapo, ruedo y reboto el balón , manejando alturas y ángulos.  Incrementó la variedad de movimientos utilizando la técnica adecuada para lograr dominar mi cuerpo manipulando el balón.  Empleo movimientos y acciones como rodamientos, rebotes, espirales, círculos, ondas, lanzamientos y atrapes con muñeca y brazo manipulando el balón, manejando tiempo y espacio.  Ejecute juegos con el elemento.
	36							Ejecuta enlaces de movimiento cuerpo - elemento de forma armoniosa	Logra afianzar movimientos coordinados y fluidos con acompañamiento del balón	Comprendo los ejercicios de coordinación, ritmo y velocidad con el balón. Manipulo, lanzo, atrapo, ruedo y reboto el balón manejando alturas y ángulos, buscando mayor grado de dificultad.  Género y desarrollo combinaciones entre los diferentes gestos técnicos, para lograr figuras y movimientos fluidos y estéticos.  Ideo movimientos y acciones con el manejo del balón en combinación con saltos split, chasses, salto spagat, salto tijeras ,tour jete, saltos gacela.  Llevo a cabo formas jugadas con el elemento.
19	37			2. El formador pide a los estudiantes que definan con sus propias palabras que es sentido de pertenencia, que describa sus cualidades y capacidades y luego exponerlas al grupo.	2. Se les preguntará a los estudiantes si reconocen las diferencias entre el deporte formativo y el competitivo, entre todos enumeraremos las características de cada uno y así mismo los beneficios que cada uno trae al cuerpo.			Explora figuras y movimientos que permiten la adaptación a un elemento de gimnasia rítmica	Identifica nuevos patrones de movimiento que permitan la interacción cuerpo-cinta	Realizo ejercicios de coordinación, agilidad y ritmo con la cinta (lanzamiento recepciones, círculos, espirales, ochos).  Acoplo y enlace los diferentes movimientos aprendidos, perfeccionando su técnica.  Desarrollo juegos con el elemento cinta.  Hago lanzamientos, recepciones, círculos, espirales. ochos, ondas con el elemento cinta manejando espacio, tiempo.
	38							Ejecuta esquemas con los movimientos aprendidos	Aplica la técnica en los movimientos aprendidos y género movimientos creativos en el esquema con cinta	Exploro ejercicios de coordinación, agilidad y ritmo con la cinta. Logró movimientos y acciones, lanzamiento, recepciones, círculos, espirales, ochos con mayor grado de dificultad.  Construyo actividad recreativas con la cinta.  Genero espacios de adaptación, donde me siento cómodo con el elemento (cinta), para el mejor desarrollo de las actividades.
20	39							Identifica y desarrolla técnicas de movimiento, desde sus habilidades motrices y capacidades físicas en el acrosport	Utiliza capacidades físicas fuerza, flexibilidad y agilidad, para la práctica del acrosport y exploro mi posición dentro del mismo	Implementa ejercicios de equilibrio, fuerza, , flexibilidad, agilidad.  Creo movimientos, por medio de la exploración, generando apropiación a los nuevos gestos técnicos teniendo en cuenta las habilidades adquiridas.  Ejecute figuras de acrosport básicas ,pirámides o figuras corporales, de dos, tres y cuatro integrantes . Rol de cada integrante (Portor o Base, Ágil, Ayudante y Observador).  Género y desarrollo espacios lúdico recreativos.
								Determina la técnica fundamental en el	Practica posturas y posiciones,	Realizo ejercicios de equilibrio, fuerza, , flexibilidad, agilidad.  Reconozco mi cuerpo, en el momento de realizar los gestos técnicos, teniendo claro cual es mi función en el desarrollo de la actividad.

	40	Importancia de la práctica deportiva y como esta nos permite conocernos a nosotros mismos y dominar nuestros estados de ánimo.	estrecho. Luego lo expondremos a otros familiares para que de este modo seamos un ejemplo a seguir.			acrosport para realizar movimientos básicos, y figuras de mayor complejidad.	en la técnica, para realizar figuras armoniosas y adecuadas del acrosport	Llevo a cabo figuras de acrosport, pirámides o figuras corporales, de cinco, seis y más integrantes . Rol de cada integrante (Portor o Base, Ágil, Ayudante y Observador), aumentando el grado de dificultad.
								Propongo dinámicas recreativas con los integrantes de la pirámide.
21	41	En la primera semana, se plantean las siguientes actividades:	En la segunda semana, se plantean las siguientes actividades:	En la tercera semana, se plantean las siguientes actividades:	En la cuarta semana, se plantean las siguientes actividades:	Aprende la correcta ejecución de la gimnasia acrobática	Fortalece ejercicios en equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad propios de la gimnasia acrobática	Exploro diferentes ejercicios de coordinación general, equilibrio, fuerza y flexibilidad.
	42							Mejoro los ejercicios de coordinación general, equilibrio, fuerza y flexibilidad.
		1. Se realizará un juego de Ruleta de los derechos del niño Favoreciendo las nociones esenciales de los Derechos del Niño y adolescentes mediante actividades lúdicas, creativas y recreativas, orientadas a la experiencia de aprendizaje significativo.	1. Los estudiantes comentarán en familia las conductas de riesgo ,reflexionaremos sobre algunas de las encontradas, juntos detectaremos y haremos una lista de los riesgos, se explicaran y en familia se reflexionará sobre algunas acciones para enfrentarlos. Esta lista le ayudará a decidir qué hacer para mejorar el ambiente protector en su familia.	1. Se les pedirá a los estudiantes que escriban y respondan en una hoja - ¿Quién soy yo? - ¿De dónde vengo? Y tres cualidades para exponerlas al grupo y luego mirar con cuales se identifican y coinciden entre el grupo y se reflexionará sobre el poder de encontrar el camino de la empatía dentro de los grupos.	1. Se realizará la ruleta de las emociones donde el niño o la niña reconoce el espacio, sabe que puede manifestar sus emociones durante la clase, construyendo una relación sana consigo mismo y los demás.	Afiianza la ejecución de las figuras base de la gimnasia acrobática	Practica capacidades físicas en mejora de la técnica de las figuras base de la gimnasia acrobática	Realizo figuras que requieren fuerza, flexibilidad, propulsión, equilibrio, saltos y giros sencillos con dos y tres participantes roles de Portor, Ágil, Ayuda.
								Práctico diferentes figuras con fuerza ,flexibilidad, equilibrio y saltos.
22	43	2. Se observara un corto video sobre ¿Y La Niñez Qué? y se hará un juego de cartas o lotería sobre los derechos de los niños, niñas y adolescentes.	2. Escribiremos una carta a alguien que haya sido participe de una conducta de riesgo, señalando cuál debería haber sido la acción que hubiera estado en su lugar para no actuar en forma irresponsable y poder ocasionar afectaciones a otros.	2. El formador reproducirá el video - Reducir, Reutilizar y Reciclar. Para mejorar el mundo <a href="https://www.youtube.com/watch?v=cvakvfxj0KE">https://www.youtube.com/watch?v=cvakvfxj0KE</a> , al final el formador preguntara a los estudiantes que pueden hacer para mejorar el medio ambiente.	2. Se elegirá a uno o varios compañeros de los que se enumerarán y destacarán cualidades o habilidades que como persona y deportista a demostrado en el centro de interés, convirtiéndose en ejemplo de deportista y ser humano.	Ajusta actividades de la gimnasia acrobática	Afiianza la técnica en los elementos gimnásticos de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro las capacidades condicionales: ejercicios de equilibrio, fuerza y agilidad.
	44							Fortalezco las capacidades condicionales, equilibrio y fuerza.
						Logra ejercicio de la gimnasia acrobática	Desarrolla la técnica de las figuras de la gimnasia acrobática	Realizo figuras que requieren fuerza, flexibilidad, propulsión y equilibrio. Lanzamientos y recepciones sencillos con dos y tres participantes en roles de Portor, Ágil, Ayuda.
								Practico las capacidades condicionales y figuras vistas.
23	45					Realiza ejercicios para mejorar la técnica de la gimnasia acrobática	Fortalece el equilibrio, la fuerza, flexibilidad y agilidad	Desarrollo las capacidades condicionales: Ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad, agilidad, resistencia anaeróbica.
								Realizo actividades lúdicas.
	46					Ejecuta la técnica correcta de la gimnasia acrobática	Implementa la técnica de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Practico la acrobacia en suelo como transiciones de unas figuras a otras: dupla , tríos , cuartetos y quintetos.
								Afianzo los ejercicios de la gimnasia acrobática de suelo.
24	47					Identifica actividades propias del parkour	Explora ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro el aprendizaje de las capacidades condicionales: ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad, agilidad, resistencia anaeróbica.
								Aprendo ejercicios de equilibrio, fuerza, agilidad y resistencia anaeróbica.
	48					promueve la técnica del parkour	Afiianza la técnica de ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Ejecuto acrobacia en suelo como transiciones de unas figuras a otras: dupla , tríos , cuartetos y quintetos.
								Afianzo las capacidades condicionales y los ejercicios de equilibrio, fuerza, agilidad y resistencia anaeróbica.
								Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular).
								Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz.
								Implemento saltos y recepciones: stride / leap – saltar con una pierna, hop - saltar con las dos piernas salto largo, Práctico saltos y recepciones para mejorar la ejecución de cada ejercicio.
								Desarrollo ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad NFP, diferenciación motriz (Coordinación inter e intramuscular).
								Afianzo los diferentes ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz.
								Realizo saltos y recepciones: stride / leap – saltar con una pierna, hop - saltar con las dos piernas salto largo, stick- Práctico los diferentes saltos y recepciones para mejorar la técnica del parkour.

25	49	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	¿Que es la familia?	Promueve actividades propias del parkour	Explora ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular).				
	50					Desarrolla la técnica del parkour	Afianza la técnica de ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz. Realizo despegue hacia adelante sin giros en la primera fase de la habilidad (se permite la utilización de colchonetas) rollo hacia adelante,precision con carrera, striden mas precision,precisión de enganche,precision de salto largo,stride-precision 180°y retorno. Practico los diferentes despegues y recepciones para mejorar la técnica del parkour.				
26	51					Identifica actividades propias del parkour	Explora ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular) Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz Realizo elementos de apoyo con la pared tic tac -precisión, tictac freta 180° -precision,salto largo hacia la pared,360 Práctico los diferentes elementos de apoyo con la pared y recepciones para mejorar la técnica del parkour.				
	52					Implementa la técnica del parkour	Afianza la técnica de ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular) Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz Promuevo elementos de apoyo con la pared tic tac -precisión, tictac freta 180° -precision,salto largo hacia la Práctico los diferentes elementos de apoyo con la pared y recepciones para mejorar la técnica del parkour.				
27	53					Identifica actividades propias del parkour	Explora ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular) Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz Implemento elementos de apoyo con la pared tic tac -precisión, tictac freta 180° -precision,salto largo hacia la Practico los diferentes elmentos de apoyo con la pared y recepciones para mejorar la técnica del parkour.				
	54					Aplica la técnica del parkour	Afianza la técnica de ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular) Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz Realizo elementos de barra balanceo, entrada de pecho, rollo adelante y atrás, alemana Practico los diferentes elementos de barra para mejorar la técnica del parkour.				
28	55					Identifica actividades propias del parkour	Explora ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular). Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz. Implemento elementos de barra balanceo, entrada de pecho, rollo adelante y atrás, alemana. Practico los diferentes elementos de barra para mejorar la técnica del parkour.				
	56					Desarrolla la técnica del parkour	Afianza la técnica de ejercicios de equilibrio, fuerza, flexibilidad y agilidad	Exploro ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad, diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular). Identifico los ejercicios de fuerza, potencia, flexibilidad y diferenciación motriz. Empleo elementos de barra balanceo, entrada de pecho, rollo adelante y atrás, alemana. Practico los diferentes elementos de barra para mejorar la técnica del parkour.				
						DOMINIO						
OBJETIVO GENERAL						Participar en los diferentes eventos programados por el proyecto y las IED, demostrando su rol, capacidad y espíritu deportivo dando lo mejor de sí, como persona y ciudadano, proyectando el espíritu deportivo.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Reforzar movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Comprender que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a nuestro desarrollo.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reforzar y valora las actividades deportivas propuestas que le generan bienestar y disfrute.					
SEMANA	CLASE Nº	FACTOR PERSONAL	FACTOR FAMILIAR	FACTOR SOCIAL	FACTOR	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS				
29	57					Identifica pasos básicos para promover el cuidado en la ejecución de elementos de parkour	Realiza movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía	Ejecuto ejercicios de fuerza en posiciones básicas gimnásticas que mejoren la postura corporal. Realizo ejercicios de potencia en circuitos de saltabilidad con obstáculos. Exploro saltos y recepciones: Stride / leap – saltar con una pierna, hop - saltar con las dos piernas salto largo, stick-				
	58					Aplico comportamientos de cuidado en la ejecución de elementos de parkour	Incentiva normas básicas en actividades propias del parkour	Cumplo las normas básicas establecidas en las sesiones de clase en actividades de juego. Acato las normas básicas establecidas en la sesiones de clase en actividades de juego.				
30	59					Explora formas básicas de movimiento aplicados al parkour.	Dominó la ejecución de técnicas base de movimiento en la práctica del parkour	Identifico ejercicios de fuerza, potencia mediante ejercicios de parejas. Genero y afianzo control de la posición del cuerpo en las actividades propuestas para la técnica del parkour. Efectuo saltos y recepciones: stride / leap – saltar con una pierna, hop - saltar con las dos piernas salto largo, stick-				
	60					Ejecuta posiciones básicas y combinaciones de elementos técnicos propios	Explora actividades acordes con la posibilidad de	Vivencio a través de las actividades y juegos roles frente a la individualidad y el género. Ejecuto Ejercicios de Equilibrio en bases de sustentación de diferentes tamaños. Implemento combinación de ejercicios de fortalecimiento abdominal y lumbar.				

						del parkour	movimientos en el parkour	Produzco combinaciones de movimientos en desplazamientos: Step on – paso con apoyo, cat past side- gato de lado,
31	61	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Función de la familia	Realiza rutinas de parkour con destrezas y técnica	Reconoce las técnicas del parkour a partir de ejercicios que mejoran las capacidades físicas y el de desarrollo de las mismas.	Exploro diferentes ejercicios de coordinación general, equilibrio, fuerza y flexibilidad.
	62					Identifica pasos básicos que ayudan a la ejecución de elementos gimnásticos	Aprende pasos básicos que faciliten la ejecución de elementos gimnásticos	Ejecuta con seguridad la conexión de elementos en secuencias de la disciplina. Afianzo los ejercicios base que se trabajan en las técnicas de la disciplina. Participo con dedicación y alegría en todas las actividades lúdicas en la sesión de clase.
32	63					explora movimientos mediante el ritmo y actividades dirigidas musicalmente.	Aplica acciones que permitan innovación y creatividad en actividades dirigidas musicalmente.	Intercalo ejercicios de velocidad en diferentes direcciones y velocidades con obstáculos. Desarrollo actividades de fuerza abdominal a través de posturas de planchas y abdominales con y sin ayuda. Establezco la diferencia de los esquemas libres y opcionales niveles usag " femenino 1-2-3 y masculino nivel 4".
	64					Explora e identifica emociones a través del movimiento corporal en esquemas libres de gimnasia.	Desarrolla actividades donde identificó emociones y patrones básicos de movimiento en la preparación de esquemas.	Aplico Juegos que estimulan el equilibrio corporal, velocidad y fuerza en comparación a sus compañeros.
33	65					Explora formas básicas de movimiento y combinaciones de destrezas para la realización de esquemas.	Identifica técnicas de movimientos en la combinación de destrezas.	Manejo ejercicios de flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, resistencia, coordinación, potencia, agilidad. Empleo combinaciones sencillas ideadas para coordinación en el manejo de elementos gimnásticos. Aprendo esquemas libres y opcionales niveles usag " femenino 1-2- y masculino nivel 4" Realizo actividades de memorización "uso del cuerpo y elementos base de la gimnasia".
	66					Desarrolla destrezas y habilidades para fortalecer el desempeño en la realización de esquemas de gimnasia	Incrementa las capacidades físicas, y técnicas a través de las actividades lúdicas para aprender rutinas	Ejecuto actividades de manejo de espacio y movimiento corporal mediante esquemas libres. Aplico habilidades como correr, Saltar, Girar, Rodar. Entradas, Ante saltos y control corporal para las secuencias de Perfecciono movimientos establecidos en el esquemas con movimientos libres y opcionales niveles usag " femenino Participo en actividades lúdicas con creatividad y espontaneidad.
34	67	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Yo en la casa	Aplica las destrezas y habilidades trabajadas para la ejecución de los esquemas de gimnasia	Perfecciona la técnica de las destrezas para lograr un buen desempeño en la ejecución de los esquemas de gimnasia	Ejecuto ejercicios de flexibilidad específica que mejoran la amplitud de los movimientos en los esquemas de niveles. Desarrollo destrezas gimnásticas de fuerza en el tren superior. Realizo con apropiación esquemas con movimientos libres y opcionales niveles usag. " femenino 1-2 y masculino nivel 4". Ejecuto juegos dirigidos y retos de acuerdo a las habilidades del grupo.
	68					Incrementa repeticiones de ejercicios para fortalecer el trabajo de tumbling	Aumenta el trabajo físico, de manera lúdica, incorporando la técnica en el tumbling	Realizo Ejercicios de Flexibilidad, fuerza y velocidad, que me favorezcan para la realización de los esquemas de gimnasia. Perfecciono a través de repeticiones las destrezas gimnásticas, establecidas en los esquema libres y opcionales Adapto las habilidades y destrezas a una melodía. Participó de manera activa de los Juegos dirigidos y retos propuestos por el grupo.
35	69					Identifica los enlaces de movimiento para crear un esquema de gimnasia	Enlaza movimientos gimnásticos desde mis habilidades para crear un esquema de gimnasia	Realizo ejercicios de Flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad, atendiendo a su técnica para ser aplicados en la ejecución de los esquemas de gimnasia. Ejecuto las habilidades gimnásticas mediante esquemas libres y opcionales niveles usag " femenino 1-2 y masculino Participo con agrado de los Juegos dirigidos y retos propuestos en la clase. Adapto las habilidades y destrezas a una melodía.
	70					Apropia movimientos y enlaces para la creación de esquemas de gimnasia	Mejora los enlaces dentro de un esquema de movimientos	Realizo mayor número de repeticiones de los ejercicios de flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad. Aplico habilidades como correr, saltar, Girar, Rodar. Entradas, ante saltos y control corporal para las secuencias en tumbling. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas en el tumbling.
36	71					Encadena destrezas gimnásticas sobre el tumbling aplicando la técnica de las habilidades aprendidas	Crea de manera libre pasadas en tumbling aplicando las habilidades básicas de la gimnasia	Repaso los ejercicios vistos en equilibrio, fuerza, flexibilidad para crear enlaces. Practico enlaces acordes a lo esquemas trabajados. Enlazo movimientos de manera fluida dentro de un esquema. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas en el tumbling.
	72					Realiza rutinas de tumbling aplicando la técnica en las destrezas	Mejora la capacidad física para una mejor ejecución técnica de las rutinas de tumbling	Creo movimientos, por medio de la exploración, generando nuevos enlaces que contribuyan en mi esquema de gimnasia. Practico diferentes figuras ejecutando fuerza ,flexibilidad, equilibrio y saltos que aporten al desarrollo de enlaces de movimiento. Presento un esquema de ejercicios con enlaces de movimiento fluidos. Desarrollo destrezas gimnásticas donde aplicó: Flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad. Ejecuto en uno o dos pies extensión, salto agrupado, carpado, ruso en un tiempo y espacio. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas en el tumbling. Realizo las rutinas de ejercicios de Flexibilidad, fuerza y resistencia dadas por el formador para mejorar mi capacidad física. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas. Realizo juegos recreativos para incrementar las capacidades físicas en el tumbling. Ejecuto secuencias progresivas de habilidades sobre el tumbling.

37	73	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Familia y práctica deportiva	Implemento secuencias de tumbling de manera simultánea con un compañero .	Ubica las secuencias de ejercicios en tiempo y espacio con un compañero o compañera	Invento con un compañero secuencias iniciando con tres destrezas hasta llegar a 8 destrezas y que contengan por lo menos 4 habilidades físicas[ Flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad). Realizo juegos de relevo para desarrollar capacidades físicas. Comparto con otros compañeros la rutina creada. Ejecuto secuencias progresivas de habilidades sobre el tumbling.
	74					Desarrolla esquemas individuales y en grupo	Domina mis capacidades físicas y técnicas para la creación del esquema	Ejercito la flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad. Realizo refuerzo general de mis habilidades. Ejecuto figuras creadas combinadas para la creación de un esquema individual, en parejas, Tríos, Cuartetos. Realizo Juegos de memorización.
38	75					Ejecuta esquemas individuales y en grupo	Domina mis capacidades físicas y técnicas en los esquemas	Ejercito la Flexibilidad, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, potencia, agilidad. Realizo refuerzo general de mis habilidades. Desarrollo rutinas de piso individual y grupal con elementos de gimnasia artística , esquemas de Gimnasia rítmica Participo en juegos de integración grupal.
	76					Prepara esquemas individuales y en grupo	Desarrolla la técnica de las habilidades gimnásticas en los esquemas	Reflexiono sobre el desempeño de mis habilidades en la ejecución de los esquemas. Participo en la ejecución de esquemas de gimnasia rítmica. Participo individual o grupal en Mini-Festival IED Gimnasia Acrobática/Parkour. Participo en juegos de atención grupal.
39	77					Presenta esquemas individuales y en grupo	Ejecuta la técnicas en la realización de las rutinas	Reflexiono sobre el desempeño de mis habilidades en la ejecución de los esquemas. Participo en la ejecución de esquemas de gimnasia rítmica. Participo en el Mini-Festival IED Gimnasia Artística rutina libre/USAG. Participo en juegos de atención grupal.
	78					Participa en los diferentes eventos programados	Demuestra mis capacidades motrices y técnicas en la presentación de esquemas en los eventos programados	Participo en la presentación a directivas profesores y estudiantes del IED. Participo en festivales organizados por el proyecto Jornada Escolar Complementaria. Reconozco mi desempeño en la ejecución de los esquemas gimnásticos. Reflexiono sobre mi logros y falencias en la participación de las actividades de cierre del proyecto 7854.
40	79					Practica esquemas individuales y en grupo para una muestra final gimnastica	Implementa todo lo aprendido en el centro de interés de gimnasia	Practico las habilidades gimnasticas aprendidos durante el año. Aporto ideas en la creación de una muestra final. Participo activamente en las practicas de una muestra final. Realizo esquemas individuales y grupales para una muestra final gimnastica. Participo de la muestra final gimnastica.
	80					Presenta todo lo aprendido por medio de una muestra final gimnastica	Realiza una muestra final gimnastica en donde presente todo lo aprendido	Apoyo todo el desarrollo de las actividades dentro de la muestra final gimnastica. Ejecuto los esquemas individuales y grupales para una excelente presentación de habilidades en la muestra final. Demuestro todo lo aprendido por medio de la muestra final gimnastica.



Plan pedagógico centro de interés

# ***GIMNASIA***

PROYECTO DE INVERSIÓN 7854:  
Jornada Escolar Complementaria 2020-2024

**DICIEMBRE 2021**

# Comité directivo

**Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte**  
**Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRDR**  
**Comité Directivo y Asesor**

**Directora General**

Blanca Inés Durán

**Secretaria General**

Sandra Jaber Martínez

**Subdirector Administrativo y Financiero**

Héctor Elpidio Corredor Igua

**Subdirectora Técnica de Recreación y Deporte**

Aura María Escamilla Ospina

**Subdirector de Contratación**

Camilo Ernesto Quiroga Mora

**Subdirector Técnico de Construcciones**

Anderson Fabián Melo

**Subdirector Técnico de Parques**

Javier Orlando Suárez Alonso

**Nivel asesor**

**Jefe Oficina de Control Interno**

Rosalba Guzmán Guzmán

**Jefe Oficina de Control Disciplinario Interno**

Luis Armando Mendoza Amado

**Jefe Oficina Asesora de Comunicaciones**

Rodrigo Sandoval Araujo

**Jefe Oficina Asesora de Planeación**

Martha Rodríguez Martínez

**Jefe Oficina Asesora Jurídica**

Andrés Mejía

**Jefe Oficina de Asuntos Locales**

Fanny Melina Gutiérrez Garzón

**Asesor Código 105 Grado 02 de la Dirección para la  
Gerencia del Proyecto Jornada Escolar Complementaria.**

Wilson Alejandro González Cárdenas



**IDRD**



# Realizadores

## **Asesor de Dirección General Jornada Escolar Complementaria - IDRD**

Wilson Alejandro González Cárdenas

## **Componente pedagógico Jornada Escolar Complementaria - IDRD:**

Yadira Sánchez Corredor  
Viviana Díaz Guayazan  
Heidy Martínez Triana  
Yair González Chaparro  
Daniel Lugo Jaramillo  
Fredy Velásquez Gómez

## **Gestores IED**

Jamith Ayala Pinzón  
Nancisdey Reyes Galarza

## **Formadores Líderes del centro de interés**

César Trujillo  
Diana Báez

## **Apoyo administrativo**

Angélica Ropain Castañeda

## **Diseño y diagramación del documento**

María Fernanda Lesmes Baracaldo  
Leidy Yulissa Serna Pedraza  
David Mateo Guataquira



**IDRD**



# Tabla de contenido

<b>6</b>	<b>Presentación</b>
<b>7</b>	<b>Introducción</b>
<b>8</b>	<b>1. Contexto histórico</b>
8	1.1 Historia y desarrollo
<b>9</b>	<b>2. Antecedentes</b>
9	2.1 Propuestas internacionales
10	2.1.1 Propuestas en América Latina
10	2.1.2 Propuestas locales
<b>11</b>	<b>3. Marco normativo</b>
<b>14</b>	<b>4. Fundamentación pedagógica actual Jornada Escolar Complementaria</b>
14	4.1 Modelo de participación activa: Para la formación integral Jornada Escolar Complementaria (2020-2024))
14	4.1.1 Objetivo General
14	4.1.2 Objetivos Específicos
15	4.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana
19	4.3 Apuesta de fortalecimiento al currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD
19	4.3.1 Armonización
19	4.3.2 Articulación curricular
22	4.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa



## 27

### 5. Nociones y corrientes pedagógicas de Jornada Escolar Complementaria

- 27 5.1 Modelo pedagógico social
- 28 5.2 Enfoque Metodológico Jornada Escolar Complementaria
- 31 5.3 Secuencia didáctica
- 32 5.4 Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo integral
- 34 5.5 Valoración formativa de la Jornada Escolar Complementaria (VAF) (VAF)
- 35 5.6 Etapas de la iniciación deportiva escolar del centro de interés

## 66

### 6. Microdiseño curricular

- 66 6.1. Justificación del centro de interés: en el marco de Jornada Escolar Complementaria
- 66 6.2. Propósitos del centro de interés
  - 66 6.2.1 Objetivo general desde el centro de interés
  - 66 6.2.2 Objetivos Específicos
- 67 6.3. Concepto de deporte
- 69 6.4 ¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés de la Jornada Escolar Complementaria?
- 70 6.5 Políticas del centro de interés
  - 70 6.5.1. En presencialidad
  - 71 6.5.2 En sesiones sincrónicas remotas
- 72 6.6. Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias
- 72 6.7. Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acción-reflexión-acción
- 72 6.8 Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés
  - 72 6.8.1 Estrategia(s) didáctica(s) utilizadas en la gimnasia
  - 75 6.9 Estrategia de valoración formativa

## 76

### 7. Bibliografía



# Presentación

El **Instituto Distrital de Recreación y Deporte**, presenta una propuesta pedagógica y social en el marco del "Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la **Jornada Escolar Complementaria**, articulado al Plan Distrital de Desarrollo 2020- 2024 "Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI" (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. **Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD)**, 2020), bajo el programa "Bogotá, referente en cultura, deporte, recreación y actividad física, con parques para el desarrollo y la salud", en el cual se reconoce en el deporte escolar propuesto por 35 centros de interés integrado por disciplinas deportivas específicas donde los niños, las niñas y los adolescentes participantes pueden elegir con el fin de fortalecer y profundizar aspectos de orden social y pedagógico en el marco de la jornada única, completa y extendida de cada institución educativa distrital (IED), de manera que la atención a quienes participan se convierta en una posibilidad para construir una ciudadanía respetuosa de las diferencias, que habita el espacio público, lugares que cobran mayor relevancia por diversos motivos: por mencionar solamente dos, el primero tiene que ver con la predisposición natural que los niños y las niñas tienen al movimiento y el segundo la posibilidad de disfrute que les permite el acercamiento y reconocimiento de los otros y las otras con quienes construyen su espacio de vida.

Esta práctica deportiva escolar, en la **Jornada Escolar Complementaria** se convierte para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes (**NNAJ**) participantes, en la posibilidad de reconocer y experimentar su corporeidad en la relación "cuerpo-sujeto-cultura", en el cual experimentan sentimientos, emociones y diversas formas de pensar que ponen en movimiento no solamente su cuerpo si no las posibilidades de relacionamiento y construcción de acuerdos tan necesarios para su desarrollo y la vida en sociedad, en la medida que su autonomía se fortalece.

El movimiento a su vez construye relaciones que se fortalecen con el otro y con el mundo que les rodea y que le permite cimentar los significados necesarios que van dando sentido a ser de ciudadano propositivo frente a la realidad que lo cobija. Por lo tanto, este planteamiento propone una apuesta pedagógica cercana a una corriente socio-crítica que busca el reconocimiento de los **NNAJ** como sujetos de derechos desde su corporeidad y corporalidad en la práctica deportiva escolar; en esta propuesta, el escolar no se concibe como un sujeto pasivo sino como protagonista que lleva a su vida cotidiana el aprendizaje adquirido fortaleciendo el desarrollo de las dimensiones del desarrollo motor, psicosocial, lúdico y cognitivo.

# Introducción

El presente documento, abarca las orientaciones pedagógicas del “Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la **Jornada Escolar Complementaria**”, del IDRD articulado al nuevo plan de desarrollo distrital y que permite una mirada holística bajo unos elementos propios del proyecto que permite interpretar la práctica pedagógica como eje transversal de una transformación ciudadana en donde los **NNAJ** son los protagonistas activos en el proceso de formación integral, por medio de la enseñanza de centros de interés establecidos por 35 disciplinas en deporte escolar, ofertadas bajo pactos de formación a las Instituciones Educativas Distritales para fortalecer los procesos de transformación curricular en el marco de la jornada única, extendida y completa.

Inicialmente, se presenta una contextualización general reconociendo el marco legal del cual se rige el proyecto de inversión ciudadana, y algunos antecedentes a nivel internacional y nacional sobre las apuestas de construcción de la **Jornada Escolar Complementaria**.

Además, se describe y argumenta la intencionalidad pedagógica y social desde el planteamiento de la **Jornada Escolar Complementaria 2020-2024**, con una propuesta que busca favorecer la formación integral por medio de la práctica deportiva escolar en el cual se plantea el contenido del Plan Pedagógico con el micro diseño por centro de interés y las 35 mallas curriculares creadas bajo orientaciones del equipo pedagógico y acompañamiento de gestores pedagógicos, gestores IED y gestores sociales, asimismo, la construcción de orden técnico fundamental se desarrolló a través de los formadores y formadoras

pertenecientes a cada centro de interés, que invita a desarrollar proceso de formación y enseñanza-aprendizaje bajo una corriente socio-crítica que integra metodologías que permite a los **NNAJ** llevar los gestos técnicos y aspectos psicosociales, lúdicos, y cognitivos aprehendidos y comprendidos a la práctica deportiva y la vida misma en los diferentes entornos en los que cotidianamente están inmersos.

Finalmente, este documento fue construido bajo los lineamientos del IDRD, liderado por la gerencia del proyecto, como insumo a todos los componentes del proyecto con el fin de enaltecer y reconocer la importancia de una apuesta pedagógica que busca formar **NNAJ** en contextos educativos formales aumentando la permanencia académica de **NNAJ** motivados por los diferentes ambientes de aprendizaje propuestos en la **Jornada Escolar Complementaria**.



## 1. Contexto histórico

### 1.1 Historia y desarrollo

Históricamente, la apuesta del proyecto de inversión ciudadano surge bajo la denominación “Jornada Escolar de 40 horas, para la formación integral y la excelencia académica (JE40h)” (Secretaría de Educación Distrital (SED), 2014) que definió las estrategias de calidad educativa del Plan de Desarrollo “Bogotá Humana 2012-2016 en el ámbito de la equidad, la no discriminación social y el ejercicio de los derechos humanos. La propuesta buscaba ofrecer a los **NNAJ** alternativas para el buen uso del tiempo libre complementado la formación recibida en las diferentes Instituciones Educativas Distritales (IED), bajo diseños curriculares formales, favoreciendo la motivación intrínseca y extrínseca de escolares por permanecer en los procesos educativos a través de la práctica de actividades deportivas, recreativas, artísticas y culturales aumentando el gusto por la academia bajo estrategias que fortalezcan la formación escolar.

Al respecto, el IDRD se articuló como entidad aliada de la SED a través de una apuesta donde la oferta deportiva en el sector educativo formal aumentara, pues se identificó que era muy baja generando factores de riesgo como el sedentarismo en los **NNAJ** y la falta de oportunidad de los escolares para acceder a la práctica de una disciplina deportiva de su interés. Esta situación no contribuía a generar hábitos de vida saludable en términos de bienestar y convivencia ciudadana; como también el estrecho margen

académico, deportivo y cultural que ofrecía el sistema educativo del distrito capital, que no alcanzaba las 30 horas semanales. Sumado a esta problemática al interior de la institución educativa se evidenció una insuficiencia de docentes en educación física o entrenadores, una reducida infraestructura y en algunos casos el uso inadecuado de los que existen. Todo esto establecido en el (Instituto de Recreación y Deportes ficha EBI, Plan de desarrollo Bogotá Humana 2014, p 3-11) indica que : “La Jornada Escolar 40x40 bajo el eje temático Deportes, Recreación y Actividad Física, se estableció como soporte para los centros de interés en las instituciones educativas del distrito, que ofrecían como alternativa para el disfrute de los escolares que por propia iniciativa lograran practicar una disciplina deportiva, realizar regularmente actividad física o recrearse, a través de procesos pedagógicos sistemáticos e integrados al PEI, con un carácter totalmente perspectivo, donde se distinguían etapas que van desde la Iniciación hasta el arribo a niveles de aprestamiento hacia el rendimiento deportivo la adquisición de hábitos saludables a lo largo de la vida”.

A pesar de la implementación del proyecto durante el período 2016-2019 y de todos los esfuerzos para el desarrollo de esta estrategia y según la ficha EBI (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. **Instituto Distrital de Recreación y Deporte** (IDRD), 2020) identificó resultados



que indican el bajo nivel de permanencia en los programas de formación deportiva integral de los niños, niñas, adolescentes que participaron del proyecto. De acuerdo a los datos de la población beneficiada por el proyecto Tiempo Escolar Complementario (TEC), mediante la enseñanza en deporte y actividad física, se evidenció que a pesar de tener alta cobertura de atención (181.958 **NNAJ**) en 123 Instituciones Educativas Distritales, manteniendo un bajo nivel de permanencia pues solo 8.586 **NNAJ** se mantuvieron de manera constante durante los 4 años, perdiendo el proceso formativo y de permanencia de los **NNAJ**, identificando así solo 50 niños, niñas y adolescentes como posibles talentos deportivos en el período mencionado.

Por esta razón, actualmente la apuesta en marcha denominada **Jornada Escolar Complementaria** busca robustecer aspectos pedagógicos y sociales que permitan aumentar la permanencia de **NNAJ** mediante un proceso integral de formación deportiva, que incluya aspectos psicosociales y ciudadanos, que a su vez contribuya al aumento de la base deportiva de Bogotá.

## 2. Antecedentes

### 2.1 Propuestas Internacionales

En las últimas décadas, las propuestas que amplían la jornada escolar se han convertido en un determinante importante que favorecen los cambios sociales y cambios de la dinámica de vida de escolares, en todo el mundo. En efecto estas políticas de extender la jornada escolar de los estudiantes, donde se han desplegado políticas públicas modificando el tiempo escolar es España que en el 2000 gracias los acontecimientos políticos, económicos y culturales le dio vida a la "Nueva Jornada Escolar Continua" en los Colegios públicos y algunos privados haciendo énfasis a la Educación Primaria, es a partir de este momento cuando surge la figura de monitor de actividades formativas y complementarias de una o varias modalidades deportivas, donde se busca ir más allá de impartir unos contenidos complementarios a las clases de Educación física, facilitando y promoviendo hábitos de

vida óptimos minimizando el riesgo de una vida sedentaria en la comunidad escolar. (Velázquez Buendía, 2001)

En Alemania desde el 2003, crearon las escuelas de tiempo extendido denominados (full- day schools); el objetivo de la escolarización de todo el día es que la educación, como proceso, se considere una vez más como un todo, en lugar de dividirse en dos partes separadas: la enseñanza académica, por un lado, y la atención, por otro. Además de una comida caliente a la hora del almuerzo y ayuda con los deberes, las nuevas escuelas de jornada completa proponen una serie de actividades educativas como deportes, artes gráficas, literatura, teatro, danza, música y salidas a la naturaleza. (OCDE Escolarización durante todo el día en Düsseldorf, Alemania).

Mientras tanto en Finlandia, el estado destina alrededor de una quinta parte de su presupuesto



a todo lo relacionado con la educación y la extensión del tiempo de cuidado a cargo de las escuelas primarias durante la tarde en el que los niños y niñas también puede acudir a una escuela especializada en alguna materia concreta algunas de estas escuelas son privadas como artes plásticas, música, deportes, pedagogía especializada (por ejemplo, la pedagogía Waldorf) o hacer actividades que los haga felices y les estimule sus conocimientos.

### 2.1.1 Propuestas en América Latina

En América Latina, la preocupación por los rendimientos educativos en los años noventa resultó ser uno de los principales dinamizadores del debate educativo donde en distintas conferencias internacionales se planteó, con fuerza, que el crecimiento de la escolarización principalmente, en los niños en situación de pobreza, y sugería ampliar el calendario escolar aumentando los días de clase o la duración de la jornada en las que países como Chile, Uruguay y Venezuela, expresan que estos cuatro países parten de la idea de proteger a los niños y las niñas de sectores vulnerables frente a riesgos sociales. Por ejemplo, la propuesta de Escuelas de Tiempo Completo de México (Zorrilla Fierro, 2008) incorpora todas estas ideas a la vez, junto al objetivo de brindar mejores condiciones escolares para un aprendizaje de calidad con equidad.

En Chile, la jornada completa nace con el objetivo de aumentar el tiempo escolar, para mejorar la calidad de los aprendizajes, sin embargo, un estudio realizado en el 2006 generó una amplia discusión pública "sobre el impacto que tiene la Jornada Escolar Extendida en la calidad de los procesos educativos y de los aprendizajes. Esta discusión relevó los problemas pedagógicos que tiene la implementación de la JEC y las dificultades que existen en la cultura escolar para organizar el tiempo y la pedagogía de modo más flexible e innovador" Martinic, S., Huepe, D., & Madrid, Ángela. (2016).

En todas estas experiencias la extensión de la jornada no se presenta como una acción aislada para atender determinados factores para el mejoramiento de la calidad de la

educación; se presenta como parte de un plan de reformas educativas que generalmente compromete asuntos como cobertura y reforma de la educación inicial, la evaluación de los aprendizajes, funcionamiento de los sistemas educativos, acciones en favor de la inclusión y la equidad (Tenti Fanfani, 2010).

### 2.1.2 Propuestas Locales

En Bogotá en el año 2008 la reorganización curricular por ciclos propone que los estudiantes tuvieran diversas actividades que pudieran mejorar los espacios de formación para favorecer el diseño de currículos que promovieran experiencias de aprendizaje significativas y la formación integral, en el proyecto de Colegios Públicos de excelencia se propuso organizar cuatro campos de pensamiento: pensamiento matemático, pensamiento científico, tecnológico, pensamiento histórico y pensamiento de comunicación, arte y expresión (Secretaría de Educación Distrital, Reorganización Curricular por ciclos, 2008, p 7-11).

Así, se buscaba superar la dispersión del conocimiento alrededor de múltiples asignaturas y generar núcleos integradores en los cuales se establecieran conexiones entre distintos saberes, se esperaba entonces que el trabajo alrededor del currículo se orientara a plantear



articulaciones entre las asignaturas para así llegar a la formulación de los campos de pensamiento, esto implicaba tiempos para el trabajo en conjunto de los maestros y maestras con el fin de que pudieran construir tales articulaciones y acompañamientos para que pudieran tener como recurso a la ciudad, ya que se consideró que esta ofrecía múltiples oportunidades para ser el contexto de aprendizaje de los estudiantes (Secretaría de Educación Distrital, Programa "Escuela, Ciudad, Escuela, 2008"), la ciudad como un libro abierto según (Muxi, 2007), los espacios públicos significan un gran potencial educativo informal en las ciudades, así mismo en los parques y ambientes fuera de la escuela cada escenario con los que cuenta la ciudad.

Buscando transversalizar e integrar los aprendizajes, se establecen actividades predominantes para cada etapa de desarrollo humano (ejes de desarrollo), se definen prioridades de formación y estrategias pedagógicas, se establecen criterios y formas de evaluación de acuerdo con las características de cada ciclo y con los aprendizajes esenciales de la base común.

Se caracterizan por posibilitar a las niñas y niños oportunidades de desarrollo a través de experiencias significativas y por tener en su desarrollo un carácter abierto a la inclusión, la participación y el aprendizaje desde y con la diversidad. En este sentido la SED establece la estrategia de centro de interés como una enorme posibilidad para pensar los procesos de articulación curricular, rompiendo con la idea de contenidos como acumulación de información para pensar en procesos de desarrollo amplios que permitan abordar la integralidad rompiendo con la idea de dimensiones o áreas por separado.

(Secretaría de Educación Distrital, (2014)  
Orientaciones Generales 40x40, p. 47-55)

### 3. Marco normativo

Las Jornadas Escolares Complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: Cambio para construir la paz, y posteriormente las jornadas escolares complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: "Cambio para construir la paz"

- ★ Los 15 lineamientos para la implementación de la **Jornada Escolar Complementaria** a través de la Ley 633 de 2000 se formalizan las fuentes de financiación de las jornadas escolares complementarias, en el Artículo 64 que señala: Destinación de los recursos del FOVIS. Los recursos adicionales que se generen respecto de los establecidos con anterioridad a la presente ley se destinarán de la siguiente manera: a. No menos del cincuenta por ciento (50%) para vivienda de interés social; b. El porcentaje restante después de destinar el anterior, para la atención integral a la niñez de cero (0) a seis (6) años y la **Jornada Escolar Complementaria**. Estos recursos podrán ser invertidos directamente en dichos programas abiertos a la comunidad, por las Cajas de compensación sin necesidad de trasladarlos al FOVIS. Parágrafo. En aquellos entes territoriales que cuentan con recursos para la cofinanciación de los Programas de **Jornada Escolar Complementaria** y atención a los niños de cero (0) a seis (6) años más pobres, las Cajas de Compensación Familiar podrán establecer convenios y alianzas con los gobiernos respectivos para tal fin. Este artículo le permite a las cajas de compensación familiar ampliar sus líneas

★ de acción, aunque para ese momento no se lograra contar con unas definiciones precisas sobre las implicaciones de una estrategia de este tipo, posteriormente los Decretos 2405 de 1999 y 348 de 2000, precisan aspectos concernientes a la implementación de las Jornadas Escolares Complementarias: El Decreto 2405 de 1999 amplía por medio del Artículo 6, la cantidad y el tipo de organizaciones que pueden celebrar de convenios de asociación para implementar la Jornada Complementaria (ICBF, cajas de compensación familiar, gobiernos departamentales, distritales, municipales y ONG), tomando en cuenta que estas personas públicas o privadas deben tener experiencia probada en programas de tipo educativo. El Decreto 348 de 2000 incorpora una nueva concepción sobre la población vulnerable y amplía el foco social de intervención de la JEC hasta el nivel III del Sisbén, además de que se incluyen también tácitamente la población en extra edad y participante de la educación básica. En 2002 se promulga la Ley 789, en la que se establecen las normas para apoyar el empleo y ampliar la protección social y se modifican algunos artículos del Código Sustantivo de Trabajo, además se incorpora al fondo especial Foniñez (Fondo para la atención integral a la niñez y Jornadas

Escolares Complementarias), que establece en el Capítulo V, en su Artículo 16 sobre las Funciones de las cajas de compensación, parágrafo.

El proyecto de inversión planteado se enmarca jurídica y técnicamente en los siguientes artículos:

- ★ La Constitución Política de Colombia define la educación como “un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura” (Artículo 67) y consagra en el Artículo 44, la educación como un derecho fundamental de los niños y niñas y la formación integral para los jóvenes (Artículo 45), estableciendo como función del Estado: “velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual y física de los y las estudiantes garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo” (Artículo 67)



Por otra parte, la Ley 115 de 1994 establece que son fines y propósitos de la educación, entre otros.

- ★ El pleno desarrollo de la personalidad (...) dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos (...) la formación en el respecto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad”, (...) la formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan, (...) el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica(...), la adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, la promoción en la persona. (Artículo 5)

Para el logro de lo anterior, se organizan las directrices y políticas del Plan en tres ejes estratégicos:

1. Una ciudad que reduce la segregación y la discriminación: el ser humano en el centro de las preocupaciones del desarrollo.
2. Un territorio que enfrenta el cambio climático y se ordena alrededor del agua.

3. Una Bogotá en defensa y fortalecimiento de lo público (Artículo 3).

Dentro del eje estratégico número 1 se ubica el programa “construcción de saberes, educación incluyente, diversa y de calidad para disfrutar y aprender” (Artículo 9) y como uno de sus proyectos prioritarios la “jornada educativa única para la excelencia académica y la formación integral”, que busca “ampliar en forma progresiva la jornada educativa en los colegios distritales, mediante una estrategia que combina la implementación de jornadas únicas y la ampliación de la jornada académica a 40 horas semanales en colegios con doble jornada.

- ★ El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.
- ★ La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación, coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica del deporte. Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte, la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación



- ★ extracurricular y aprovechamiento del tiempo libre ( Art. 46); los objetivos del sistema (Art. 47 y 48); la elaboración del plan nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones ( Art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).
- ★ Acuerdo 4 de 1978 Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.
- ★ Ley General de Educación, Artículo 85, que establece las jornadas en los establecimientos educativos, reglamenta que: "El servicio público educativo se prestará en las instituciones educativas en una sola jornada diurna.
- ★ El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.
- ★ Acuerdo 4 de 1978: Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.

## 4. Fundamentación pedagógica actual Jornada Escolar Complementaria

### 4.1 Formación integral e deporte escolar: Jornada Escolar Complementaria (2020-2024)

El proyecto **Jornada Escolar Complementaria**, bajo el Plan de desarrollo "Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI" 2020 – 2024, promovió el "Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la **Jornada Escolar Complementaria** en Bogotá", que busca:

#### 4.1.1 Objetivo General

Aumentar los niveles de permanencia en los programas de formación deportiva complementaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de las Instituciones Educativas Distritales IED de Bogotá D.C.

#### 4.1.2 Objetivos Específicos

- ★ Aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios como parte de la educación integral de los escolares.
- ★ Realizar procesos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva para niños, niñas, adolescentes y jóvenes que involucren aspectos de orden psicosocial y ciudadano que acompañen la formación primaria, básica y media.

- ★ Desarrollar planes pedagógicos de formación deportiva que incluyan aspectos de orden psicosocial y ciudadano que contribuyan a la formación integral.

Dentro de este marco el proyecto tiene como “alternativa de solución el desarrollo del proceso de formación integral de los escolares de las Instituciones Educativas Distritales (IED) a través de la práctica deportiva, a través de los siguientes componentes”:

1. Desarrollo de estrategias para aumentar la permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en los procesos de formación integral a través del deporte, con la realización de las siguientes actividades.
2. Desarrollo de estrategias para aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios para la formación integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, con la realización de las siguientes actividades.
3. Involucrar aspectos de orden psicosocial y ciudadano en los procesos de formación integral a través de la práctica deportiva, con la realización de las siguientes actividades.

#### 4.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana.

De acuerdo a lo anterior, la propuesta pedagógica desde la **Jornada Escolar Complementaria** busca promover la formación integral, vista como el resultado de un proceso continuo, dinámico, permanente, interactivo, que propende desarrollar y potencializar en los **NNAJ** las dimensiones del desarrollo humano desde lo motor, lúdico, psicosocial y cognitivo por medio de la práctica deportiva escolar en los ciclos educativos uno, dos, tres y cuatro de 85 Instituciones Educativas Distritales de jornada única, extendida y completa adscritas actualmente en el proyecto. La práctica deportiva en el proyecto tiene una dimensión abierta, participativa, solidaria, creativa y constructiva que permite ver la experiencia en tres instancias:

- ★ La práctica deportiva es en principio (para todos los niños y niñas participantes) un instrumento para la formación, para el diálogo, para madurar la personalidad y para generar la inclusión social. Es un medio para encontrarse, conocer y conocerse a nivel personal y emocional.
- ★ El deporte en segunda instancia (para los **NNAJ** que participan en semillero) es una práctica intencionada para el desarrollo personal y social con una disciplina particular.
- ★ El deporte es una opción de vida (hacia el alto rendimiento).

En este sentido, la **Jornada Escolar Complementaria** permite hacer de la práctica deportiva un medio para que la creatividad y el pensamiento crítico se conviertan en una dinámica cotidiana en los participantes desde una propuesta que se esquematiza a continuación. *(Ver figura 1)*





Este esquema toma ejes fundamentales de transversalización en la práctica pedagógica del deporte escolar como Cultura Ciudadana que busca desde el deporte escolar la promoción de valores y actitudes desde la sensibilidad humana en clave de la vida social, individual y colectiva que reconoce las diferencias, las valora, las defiende y las siente como propias para construirnos como seres humanos facilitando la convivencia a través de fundamentos que cimentan la construcción de ciudadanía donde los **NNAJ** son protagonistas activos en la sociedad, por su capacidad de participar de sus transformaciones y de incidir en el destino colectivo de la sociedad, que le permita apropiarse del espacio público de la ciudad (parques y escenarios deportivos) vistos como ambiente de aprendizaje y de construcción con un sentido individual y colectivo puesto que son lugares de encuentro con sí mismo y él y los otros donde se ejerce la vida en sociedad.

En tal sentido, el deporte, visto más allá de su sentido competitivo y sin lugar a duda importante, permite la promoción de y el sentido de la amistad, la solidaridad, la otredad,

la alteridad y la ética, aplicado al juego limpio y a la construcción de subjetividad que favorece también la construcción de un proyecto de vida que expande las posibilidades del sujeto desde el disfrute, no solo reconociéndolos como elementos valiosos para la tramitación de los conflictos propios de la práctica deportiva como una forma que permite la toma de decisiones acordes a construir la vida de manera colectiva. Otro eje fundamental que se debe intencionar en este proceso, tiene que ver con el enfoque diferencial reconociendo y respetando las características particulares a partir del principio de la igualdad y equidad de oportunidades en relación a los derechos a partir de la identidad de género, propiciando espacios de inclusión, integración, disociando los estereotipos a partir de construcciones sociales y simbólicas de injusticia que se validan como naturales en contra de las mujeres y de las diferencias que nos constituyen sociales y simbólicas.

Aunado a lo anterior, la propuesta busca incidir en la formación integral de los **NNAJ** a partir de cuatro (4) dimensiones del desarrollo humano:



## Dimensión lúdica

En la estrategia **Jornada Escolar Complementaria** se comprende la dimensión lúdica, como la posibilidad y la capacidad de goce y disfrute que se expresa en la inserción en un centro de interés que lo conecta con los otros y con el entorno, favoreciendo la construcción de su proyecto de vida desde el disfrute, en relación con los compañeros y compañeras con quienes juega y despliega las otras dimensiones que pretende impactar la estrategia.



## Dimensión motora

Desde la **Jornada Escolar Complementaria**, se trabajan aquellas actividades motrices y deportivas, mediante procesos educativos y pedagógicos en edad escolar, logrando satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre. Propiciando el desarrollo físico y hábitos de vida saludable que necesitan los escolares para enfrentar la vida.



## Dimensión cognitiva

Los procesos de pensamiento desde la estrategia **Jornada Escolar Complementaria**, buscan fortalecer en los escolares la capacidad de comprender, analizar, relacionarse, entender la realidad y transformarla; permitiendo la construcción de conocimiento basado en sus experiencias de vida y como esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.

## Dimensión Psicosocial

Aunque el deporte hace especial énfasis en el cuerpo y sus habilidades, la estrategia **Jornada Escolar Complementaria** trabaja el enfoque psicosocial como la oportunidad de entender al niño y a la niña como alguien relacional, afectivo, con derechos y en proceso de construcción en su dimensión subjetiva y social.

Para fortalecer este proceso, las temáticas se abordarán con los formadores y formadoras semestralmente.

En el segundo semestre del año 2020 y primer semestre del año 2021 se trabajarán temáticas del niño y la niña como sujetos de derechos, en cuatro módulos que iban desarrollando las particularidades de la garantía de derechos de niños y niñas.

En el segundo semestre del 2021, se desarrollaron temas de la familia como Bazzi en el desarrollo de niños y niñas, primer semestre del año 2022, desarrollamos el tercer módulo como eje central el cuerpo como primer territorio de exigibilidad de los derechos. En este módulo se establecen acciones que fortalecen la construcción de la personalidad, la corporalidad, y el sustento psíquico del niño y la niña.

Finalmente, en el segundo semestre del 2022, se desarrollará el módulo de el niño la niña y el otro, es decir el encuentro del otro en el marco de la práctica deportiva, eso quiere decir, que se trabajarán temas relacionales, y la construcción de un territorio colectivo.

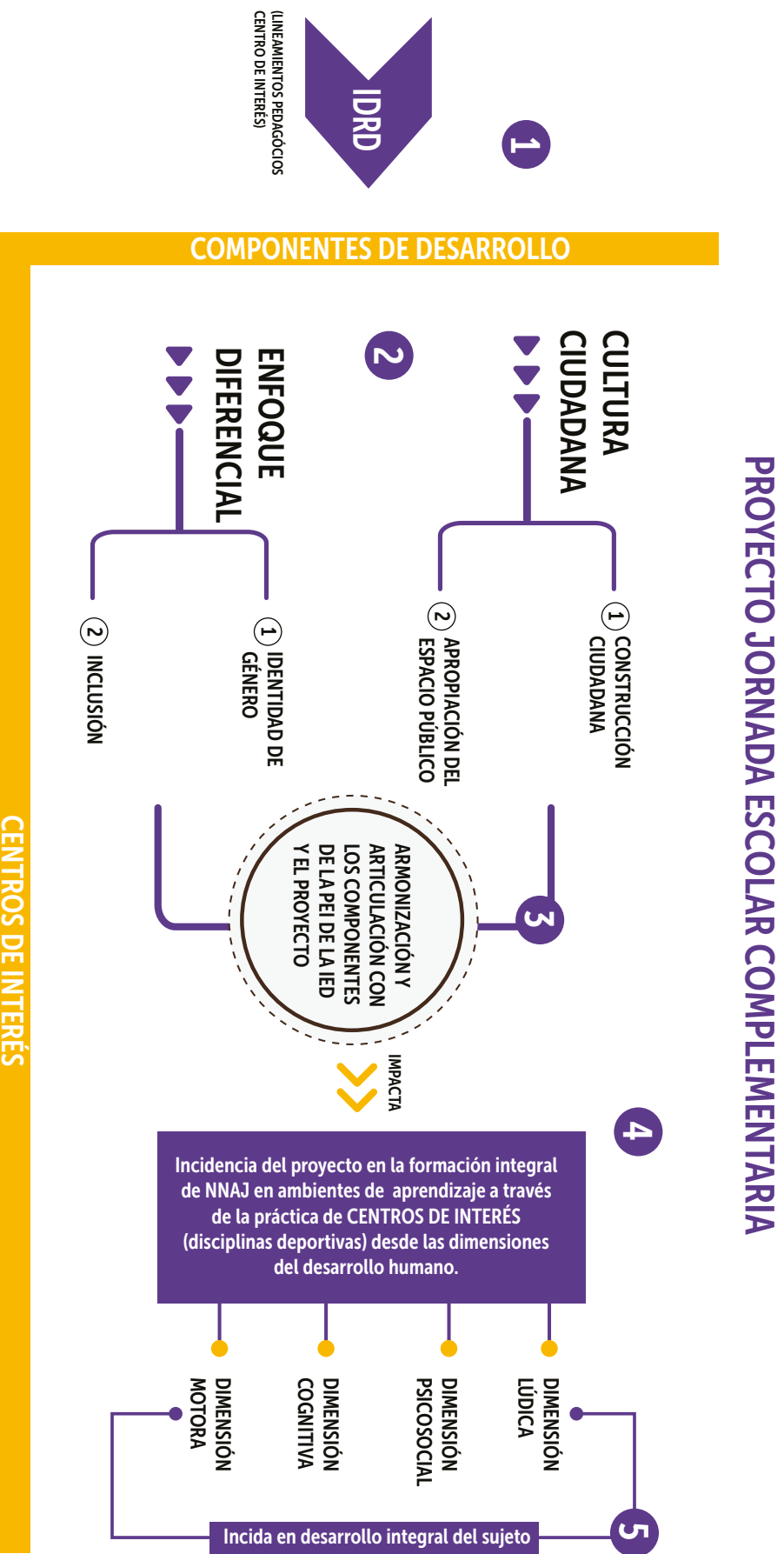


Figura 1. Esquema propuesta Jornada Escolar Complementaria

De esta manera, el quehacer pedagógico-social y metodológico que desarrollan los formadores y formadoras se robustece con una apuesta temática que permita entonces que niños, niñas y adolescentes puedan entender el deporte y su práctica como un ejemplo de promoción de actitudes ciudadanas y prevención de situaciones que los pongan en riesgo.

### 4.3 Apuesta de fortalecimiento al Currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD

Los colegios que cuentan con un PEI cimentado, respaldado por una dirección activa y una trayectoria pedagógica, abiertos a la innovación y transformación de la escuela, son los más propicios para la organización e implementación de acciones que favorezcan el currículo, desde la experiencia existen modelos de organización escolar flexibles, participativos, democráticos, otros con una visión tecnológica etc. Es por esto que se diseñó una ruta de armonización y articulación curricular que reconoce el contexto de cada IED y permite visualizar el alcance y resultados del proceso formativo de la **Jornada Escolar Complementaria** del IDRD como experiencia significativa en diferentes escenarios de aprendizaje que se puedan integrar a los elementos curriculares de la IED.

#### 4.3.1 Armonización

Por lo anterior, la **Jornada Escolar Complementaria** diseñó una ruta en el proceso de armonización con una serie de fases y acciones orientados al diálogo entre gestores IED del IDRD y docentes enlace de la IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta del IDRD y el componente curricular del PEI.

La ejecución de estas fases robustece los diseños curriculares de los Proyectos Educativos Institucionales a través de:

haciendo énfasis en los puntos de encuentro entre el PEI y la Propuesta de la **Jornada Escolar Complementaria**.

2. Fase de conceptualización y acuerdos interinstitucionales: Permite conceptualizar los contenidos de la educación formal y los contenidos del proyecto de inversión, identificando los acuerdos bajo el diseño curricular interinstitucional, dónde se identifique cuáles son los contenidos curriculares que se quiere fortalecer por medio de la práctica deportiva escolar bajo la modalidad de disciplinas deportivas.
3. Fase de ejecución a los acuerdos: Evidencias de la ejecución de los acuerdos establecidos.
4. Seguimiento y resultados: Resultado de la experiencia del proceso. **(Ver tabla 1)**

#### 4.3.2 Articulación curricular

Este proceso, es dinamizador y permite establecer y proyectar en que elemento curricular la propuesta de la **Jornada Escolar Complementaria** a través de la implementación de los diferentes centros de interés se busca fortalecer el currículo a través del PEI, este proceso trasciende del conocimiento específico, fortaleciendo la formación integral de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, exigiendo la unión coherente del plan de estudios, la didáctica, los procesos de valoración y evaluación entre ambas entidades.

La ruta de articulación con el currículo es la expresión del PEI, en el entendido que parte de las necesidades sociales y hace parte integral de la cultura; como instrumento, permite la distribución social del conocimiento y como práctica, permite la reflexión y acción crítica de la práctica educativa. En ese sentido y retomando a Álvarez (2010), se entiende el currículo como traductor del PEI, como articulador del conjunto de elementos que dinamizan la práctica educativa y como proyectivo en la medida que permite proyectar al estudiante a otros ámbitos del desarrollo y de la comprensión del mundo.

1. Fase de contextualizar: Comprender la particularidad de la IED bajo un reconocimiento del horizonte institucional

RUTA DEL PROCESO DE ARMONIZACIÓN

CONTEXTUALIZACIÓN

					% por acción	% por fase
1. Socialización de la propuesta Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada única y jornada completa a la comunidad educativa.	Gestores Pedagógicos Gestores IED	1.1 La propuesta de la Jornada Escolar Complementaria se socializa ante la IED. 1.2 La propuesta de la jornada escolar complementaria aún no ha sido socializada ante la IED.	Presentar y socializar la importancia del proyecto Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada completa, extendida, única y el aporte a la formación integral de cada NNAU.	Acta de socialización y si hay observaciones o sugerencias. Presentación PPT	10%	35%
2. Recopilación de información (Formato de Identificación Institucional): reconocimiento de la IED y estado actual.	Gestores IED Docente Enlace IED Formadores	2.1 Se desarrolló el contenido de la identificación institucional por parte de las entidades IED-IDRD. 2.2 El contenido de la identificación institucional se encuentra en construcción por parte de las entidades IED-IDRD. 2.3 No se ha desarrollado la identificación institucional.	Identificar los aspectos fundamentales de los proyectos educativos institucionales, para el diseño de un plan de trabajo que favorezca el desarrollo de aspectos comunes; los que traza la institución educativa a través del PEI y los propuestos en los lineamientos pedagógicos del proyecto Jornada Escolar Complementaria IDRD.	Formato de identificación institucional (elaboración Componente Pedagógico del IDRD) PEI Manual de convivencia SIE	15%	
3. Concertación de cronograma de acciones de conceptualización. Según calendario institucional	Gestores IED Docentes enlace IED	3.1 La IED y el IDRD estableció el cronograma de trabajo para el desarrollo de las acciones. 3.2 La IED y el IDRD se encuentra concertando el cronograma de trabajo para el desarrollo de las acciones. 3.3 No se ha logrado concertar el cronograma de avance de acciones.	Proyectar las reuniones que se desarrollarán al inicio, con el fin de garantizar los espacios programados que apoyen el proceso de la siguiente fase.	Formato de cronograma	5%	
4. Caracterización morfofuncional	Por definir	4.1 Se logra consolidar en su totalidad los datos de la caracterización morfofuncional. 4.2 Se realiza de manera parcial la recopilación de la caracterización morfofuncional con el aval de la IED 4.3 No se ha realizado la caracterización morfofuncional	Por definir	Por definir	5%	

Tabla 1. Ruta del proceso de armonización. Parte 1

RUTA DEL PROCESO DE ARMONIZACIÓN						
CONCEPTUALIZACIÓN Y ACUERDOS INTERINSTITUCIONALES						
					% por acción	% por fase
5. Elegir el elemento curricular a fortalecer a través de la práctica deportiva escolar con los centros de interés: Plan de estudios de la IED/ propuesta Jornada escolar complementaria área del plan de estudios (propuesta jornada escolar) / plan de área/ caracterización centros de interés. Proyectos transversales / centros de interés Malla curricular de la asignatura IED/ malla curricular de los centros de interés jornada escolar complementaria. Ambientes de aprendizaje de la IED / ambientes de aprendizaje desde el centro de interés	Gestores IED, Coordinadores, Docentes de área, formadores.	5.1 La IED define el elemento y/o elementos curriculares con los que se armonizan los centros de interés. 5.2 La IED se encuentra definiendo el elemento curricular a fortalecer con los centros de interés. 5.3 La IED no ha definido con claridad el o los elementos curriculares que se proyectan fortalecer con los centros de interés.	Establecer el elemento curricular como lugar donde se espera fortalecer la formación integral de NNAU a través de los centros de interés. Establecer los acuerdos sobre los que se pretende fortalecer el proyecto transversal con la ejecución de los centro de interés. Establecer acuerdos sobre los elementos de la malla curricular que la ejecución de los centros de interés y como se va a fortalecer el diseño curricular de la asignatura. Establecer acuerdos sobre los elementos de la malla curricular que la ejecución de los centros de interés y como se va a fortalecer el diseño curricular de la asignatura.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico.</li> <li>Documentos, en el Drive de plan de estudios de la IED y Plan Pedagógico de Jornada Escolar Complementaria.</li> <li>Documentos: plan de área y caracterización del centro de interés.</li> <li>Documentos: PEI de la IED (evidenciar las excepciones donde está en construcción o no se cuenta con el PEI).</li> <li>Documento en borrador que establezca la construcción interinstitucional.</li> <li>Acta institucional IDRD con los acuerdos interinstitucionales.</li> <li>Documento del Proyecto transversal de la IED</li> <li>Documento en el Drive: malla curricular de la asignatura de la IED y malla curricular de los centros de interés: Jornada Escolar Complementaria.</li> <li>Documento que indique la metodología, métodos y estrategias de enseñanza de la IED y de la Jornada Escolar Complementaria.</li> <li>Formatos: plan de clase de la disciplina deportiva y formato plan de aula de la IED.</li> <li>Se debe anexar la documentación sobre la que se desarrolla el acuerdo interinstitucional.</li> </ul>	25%	65%
6. Construcción del documento borrador	Gestores IED Docentes enlace IED Formadores Gestores Pedagógicos	6.1 El documento borrador (interinstitucional) se encuentra en construcción y retroalimentación colectiva 6.2 La IED y el IDRD se encuentran definiendo el formato y/o elementos específicos para dar inicio a la construcción del documento borrador (interinstitucional) 6.3 La IED y el IDRD no han proyectado la construcción del documento borrador.	Llevar a cabo la construcción colectiva del documento borrador interinstitucional según los acuerdos de armonización y el elemento curricular por fortalecer y los procesos formativos integrales.	Formato de documento borrador especificando por colores los aportes de cada entidad.	10%	
7. Aval por el consejo directivo académico y/o proyectos (del documento interinstitucional construido borrador)	Gestores IED Docentes enlace IED Formadores Gestores Pedagógicos	7.1 La IED avala ante el consejo académico y/o proyectos la ejecución de los acuerdos establecidos mediante el documento interinstitucional. 7.2 La IED se encuentra en proceso de aprobación ante el consejo académico y/o proyectos a los acuerdos establecidos mediante el documento interinstitucional. 7.3 La IED no ha avalado los acuerdos establecidos mediante el documento interinstitucional.	Posterior o de manera alterna a los acuerdos y elementos curriculares la ejecución se genera gracias a la aprobación del proceso administrativo que tenga la IED	Formato de conceptualización y acuerdos, describiendo el seguimiento de los acuerdos mes a mes. Acta de aprobación formato de la IED o del IDRD. Documento final aprobado.	30%	

Tabla 1. Ruta del proceso de armonización. Parte 2

RUTA DEL PROCESO DE ARMONIZACIÓN					
RUTA DEL PROCESO DE ARTICULACIÓN					
				% por acción	% por fase
1. Formato de Seguimiento a la ejecución	Gestores IED Docentes enlace IED Formadores Gestores Pedagógicos	1.1 La IED y el IDRD realizan el seguimiento de los acuerdos establecidos según dinámicas de la IED. 1.2 La IED y el IDRD se encuentran en proceso de concertación del formato de seguimiento y/o mejora de los acuerdos a fortalecer. 1.3 La IED y el IDRD no han concertado el formato que permita hacer el seguimiento a la ejecución de acuerdos.	Posterior o de manera alterna a los acuerdos y elementos curriculares la ejecución se genera gracias a la aprobación del proceso administrativo que tenga la IED.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formato de conceptualización y acuerdos, describiendo el seguimiento de los acuerdos mes a mes.</li> <li>Formato de seguimiento a la ejecución</li> <li>Resultado de la valoración formativa según las dinámicas de la IED (PDF del SIM)</li> <li>Captura de pantalla de envío de valoraciones formativas a la IED</li> </ul>	40%
2. Socialización del resultado y retroalimentación de la ejecución de los acuerdos en las mesas de trabajo. Socialización y diálogo de saberes del resultado de la ejecución en la formación de los acuerdos interinstitucionales de los aspectos curriculares y el afianzamiento en lo lúdico, cognitivo, psicosocial y motor, y competencias del siglo XXI que favorecen la formación integral.	Gestores IED Docente Enlace Formadores Gestor pedagógico	2.1 El IDRD socializa los resultados de la gestión pedagógica/valoración formativa y proyecciones en la ruta de armonización y articulación. 2.2 El IDRD diseña la presentación de resultados de la gestión pedagógica/valoración formativa y proyecciones en la ruta de armonización y articulación. 2.3 El IDRD no ha concertado espacio y fecha para la socialización de los resultados.	Socializar a la IED los avances de acuerdo al calendario académico a partir de los resultados del proceso formativa, con el fin de afianzar y/o establecer acciones de mejora.	<p>Seguimiento en el formato de conceptualización y acuerdos mes a mes de los resultados.</p> <p>Resultado de valoración formativa.</p> <p>Seguimiento a la ejecución</p> <p>Formato de presentación de resultados y proyección.</p> <p>Acta de presentación</p>	30%
3. Presentación final de la documentación recopilada durante todo el proceso que determina el estado en el que está cada IED desde la articulación curricular con la Jornada Escolar Complementaria	Gestores IED Formadores Gestores Pedagógicos (apoyo) Docente enlace	3.1 El IDRD realiza la presentación final logrando la articulación curricular con el componente del PEI. 3.2 El IDRD se encuentra en proceso de diseño y recopilación de documentación e información para la presentación de los resultados de la ejecución de los acuerdos. 3.3 El IDRD no ha definido el formato de presentación final para la recopilación de los documentos e información de los resultados de ejecución de los acuerdos.	Registrar el seguimiento de las acciones desarrolladas en el proceso de formación de manera general a través de las dimensiones del desarrollo humano y las competencias del siglo XXI relacionadas que logre documentar la experiencia y los avances con las IED.	<p>Presentación final</p> <p>Acta de presentación</p> <p>Recopilación de los documentos construidos durante la vigencia (formatos, actas, documentos institucionales).</p>	30%
					100%

Tabla 1. Ruta del proceso de armonización. Parte 3

Por lo tanto, se presenta dos acciones:

1. **Proyección Curricular:** Se socializa los resultados del proceso formativo, con el fin de establecer la proyección curricular donde se plantee fortalecer el elemento curricular y que pueda quedar registrado en la documentación de la IED.
2. **Estado de semaforización curricular:** Los criterios de semaforización permite identificar los avances que se ha obtenido con el desarrollo de las acciones, y tomar decisiones que permita mejorar o afianzar cada vez la articulación curricular con la IED de la siguiente manera. *(Ver figura 2)*

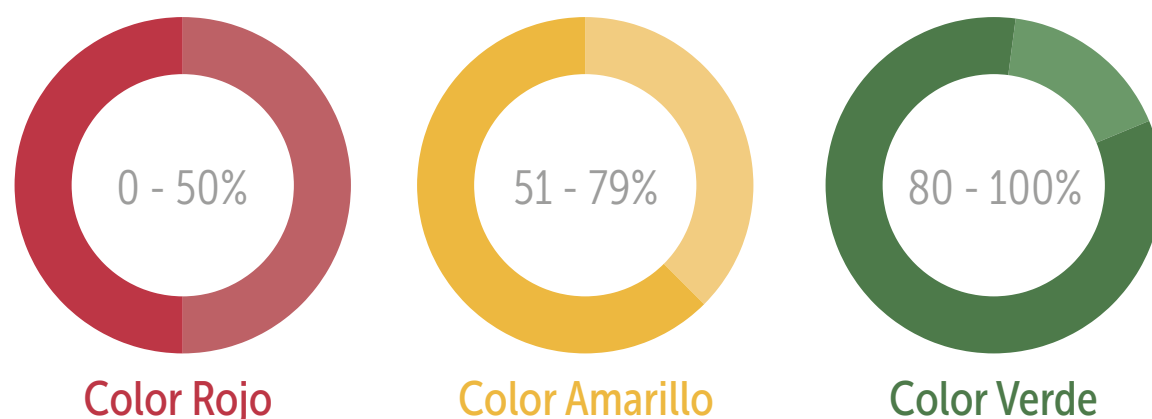
#### 4.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa.

Entendiendo, que los procesos de las Instituciones Educativas son distintos y que esa particularidad es la que permite establecer diversas acciones respetando las dinámicas propias del contexto de la IED, la **Jornada Escolar Complementaria** propone un estado de semaforización con una escala de colores (verde, amarillo y rojo) que indican el avance en cada una de las fases de

las acciones que alcanzando la articulación curricular entre el proyecto de inversión y la IED fortaleciendo la formación integral.

La escala de semaforización plantea unos factores que logran diversificar los avances en el desarrollo de la armonización y articulación curricular, por lo tanto, los tres estados de semaforización van a variar entre una IED y otra, dependiendo muchas veces de factores externos que impiden avances significativos, para lo cual es necesario que los Gestores Pedagógicos por zona realicen una lectura de la descripción de cada estado y revisión exhaustiva de los avances, evidencias disponibles del proceso de cada fase establecida en el protocolo entregados por los Gestores IED, y así ubicar a la IED en un estado específico que permita desarrollar las acciones de fortalecimiento con el Gestor IED más adecuadas según sea el caso.

Para el desarrollo de esta escala se tuvo en cuenta algunas orientaciones del protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular de la Secretaría de Educación Distrital (2015).



**Figura 2** Porcentaje de semaforización de la armonización y articulación curricular.

## Factores que definen la escala de semaforización de color verde

La Institución Educativa Distrital ha avanzado de manera considerable y satisfactoria a partir del acuerdo en el componente curricular con la propuesta de **Jornada Escolar Complementaria** en el marco de la jornada completa, se debe fortalecer el resultado de los aprendizajes en los **NNAJ** a través de la práctica del centro de interés.

1. La IED consolidó, ejecuto de manera clara y coherente totalmente los acuerdos curriculares en el documento de conceptualización alguno de los documentos institucionales, que se referencian a continuación:

- ★ Plan de estudios (área fundamental).
- ★ Proyecto Transversal y /o pedagógico.
- ★ Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos)
- ★ Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación.
- ★ Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.
- ★ Los acuerdos interinstitucionales en el desarrollo de las fases de armonización y articulación curricular construidas en las mesas de trabajo, se incorporan en la planeación anual de la IED o en el Plan de Mejoramiento Institucional.

2. La IED reconoce los resultados de la ejecución de los procesos de formación desde las dimensiones del desarrollo de la lúdica, motriz, cognitiva y psicosocial en **NNAJ** del centro de interés, permitiendo evidenciar la documentación institucional de una posible articulación curricular.

3. La IED permite acciones de seguimiento y retroalimentación, con el fin de analizar la

relevancia de la implementación bimensual del proceso, planteando los ajustes pertinentes, proyectando la armonización y articulación curricular en el POA y/o en el Plan de Mejoramiento.

4. La IED valora los resultados de la experiencia de formación de los centros de interés socializando a la comunidad educativa, identificando la incidencia en las dimensiones del desarrollo desde práctica deportiva escolar en la vida de los **NNAJ**.

### Acciones de mejora:

- ★ Generar estrategias a partir de la identificación de fortalezas y debilidades que permitan dar continuidad al proceso.
- ★ Fortalecer la documentación existente interinstitucional que se ha venido construyendo durante el proceso.
- ★ Proyectar posibles cualificaciones interinstitucionales que permitan la transformación de las prácticas en el aula.



## Factores que definen la semaforización de color amarillo

La IED ha tenido un avance aceptable en el desarrollo de acuerdos. La institución requiere intensificar el mejoramiento de las prácticas en relación al proceso de armonización y articulación.

1. La IED cuenta con la disposición al desarrollo de la propuesta de la **Jornada Escolar Complementaria**, sin embargo, existen situaciones externas que afectan el desarrollo de la construcción de los acuerdos interinstitucionales claros y concretos en alguno de los siguientes elementos curriculares:

- ★ Plan de estudios (área fundamental)
- ★ Proyecto Transversal y/o pedagógico.
- ★ Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos).

- ★ Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación.

- ★ Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.

2. La IED realiza el intercambio de documentos institucionales que permiten analizar y desarrollar acuerdos proyectando una posible ejecución en el proceso de armonización y articulación curricular.

3. La propuesta de la **Jornada Escolar Complementaria** no se ha logrado vincular de manera clara y continua en la gestión curricular de la IED.

4. Se tienen elementos curriculares definidos que permiten realizar acuerdos interinstitucionales, pero estos aún no se encuentran en etapa de ejecución.

### Acciones de mejora:

- ★ Socialización del resultado del proceso de formación desde las dimensiones del desarrollo humano del centro de interés.
- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.
- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.
- ★ Socialización del resultado del proceso de formación desde las dimensiones de desarrollo del centro de interés.
- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.
- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.



## Factores que definen la semaforización de color rojo

La IED no alcanza los mínimos esperados del proceso de armonización y articulación, por lo tanto, se requiere ser priorizada con estrategias de mejoramiento desde el proyecto **Jornada Escolar Complementaria** y la SED, para mejorar la adopción y adherencia de la importancia del proceso de armonización y articulación en la IED.

1. La propuesta y el protocolo de armonización y articulación curricular de la **Jornada Escolar Complementaria** no se ha logrado vincular en ninguno de los elementos curriculares de la IED.
2. Los Centros de Interés se desarrollan como actividades de manera aislada e independiente del proceso curricular integrando el proceso de armonización y articulación curricular.
3. El aporte valorativo desde el centro de interés, se incorpora en la evaluación de los estudiantes especialmente como estrategia para garantizar su permanencia en estos.
4. La relación entre los elementos curriculares y los centros de interés es mínima o inexistente.
5. Se plantean reuniones ocasionales por situaciones ajenas, que no permiten avanzar en el protocolo de armonización y articulación.

## Acciones de mejora:

- ★ Realizar mesas de diálogo y socialización de las experiencias significativas en la **Jornada Escolar Complementaria** con IED que tengan un avance en el proceso.
- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.
- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.



Finalmente se define el tipo de articulación que se adelanta con la IED teniendo en cuenta la siguiente clasificación:

**Articulación vertical y descendente:** cuando se lleva a cabo entre la educación media, la básica y la inicial.

**Articulación interdisciplinar:** cuando se da entre los componentes de un campo disciplinar, centrada en un solo saber, se definen los objetos de conocimiento, los conceptos y las metodologías específicas (áreas de educación física, mallas).

**Articulación multidisciplinaria:** esencialmente temática. Se apoya en los temas, ideas, proyectos, e implica la especificación de los aportes particulares de diferentes disciplinas.

**Articulación transversal:** se basa en la identificación de principios organizativos comunes a diferentes disciplinas (términos, conceptos, procedimientos, técnicas) y que luego se emplean de manera común en diferentes áreas o disciplinas del currículo.

**Articulación estructural:** supone lazos de complementariedad e igualdad entre las disciplinas; implica la definición de líneas de trabajo e investigación que apuntan a síntesis de procedimientos, conocimientos y estrategias mediante la adopción de un marco común.

**Articulación interdisciplinaria:** trata de garantizar la concurrencia de conocimientos provenientes de distintas disciplinas en torno al estudio de problemas: el objeto de estudio no es la disciplina, sino los problemas que resultan relevantes para los ciudadanos, en este caso, para la escuela.

## 5. Nociones y corrientes pedagógicas de Jornada Escolar Complementaria

### 5.1 Modelo pedagógico - social

El modelo pedagógico de la estrategia "Jornada Escolar Complementaria" se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado a la formación integral de los y las participantes.

En suma, no se trata de un proyecto deportivo per se, se trata de una apuesta de ciudad que desde el deporte como un fenómeno cultural y humano se ancla en el movimiento como lugar de apoyo para que quienes participan de los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva si no que se construyan como ciudadanos y ciudadanas; en este horizonte de sentido, es posible que algunos y algunas, por sus condiciones, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construirse su existencia; otros, la gran mayoría encontrarán en el deporte, no una forma de ganarse la vida como deportistas, pero sí una posibilidad de constituirse como seres humanos más allá del deporte mismo.





El deporte como fenómeno cultural y humano, construye posibilidades para los sujetos que van desde las relaciones que fortalecen su capacidad de vinculación y creativa (Nussbaum, 2012), hasta el punto de construirse la vida desde una mirada placentera (Malina-Gallo y Sánchez-Londoño, 2016) de la misma que le permite ampliar su horizonte moral (Cahn y Sen, 2018). Este horizonte moral, no es otra cosa que la posibilidad de elegir la vida que cada uno cree que merece vivir (Cahn y Sen, 2018) y ello supone un deber del estado y sus instituciones y en este caso el IDRD para que los niños, las niñas los adolescentes y los jóvenes, cuenten con alternativas que desde su presente les permitan reconocer desde su cuerpo y las relaciones que construyen todos los días, la posibilidad de escoger aquello que creen que es beneficioso para su existir.

Este horizonte moral, no es otra cosa que la posibilidad de elegir la vida que cada uno cree que merece vivir (Cahn y Sen, 2018) y ello supone un deber del estado y sus instituciones y en este caso el IDRD para que los niños, las niñas los adolescentes y los jóvenes, cuenten con alternativas que desde su presente les permitan reconocer desde su cuerpo y las relaciones que construyen todos los días, la posibilidad de escoger aquello que creen que es beneficioso para su existir.

En este orden, el modelo pedagógico bebe de diversas fuentes como la praxeología de Parlebas (Saraví, 2000) y se articula con más fortaleza en las corrientes sociocríticas con mayor asiento y construcción en América latina; estas corrientes abogan por el reconocimiento de un saber propio desde el continente y se ubican de acuerdo con De Sousa en un lugar de la línea en el que el conocimiento es despreciado por el saber eurocéntrico (García-Chueca, 2014). En este orden, el enfoque socio crítico nos acerca a un enfoque metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción - reflexión - acción.

Desde las miradas críticas del quehacer pedagógico, estos tres momentos son cruciales para el desarrollo de las apuestas pedagógicas y didácticas, para ello es importante comprenderlas cada una por separado.

## 5.2 Enfoque Metodológico Jornada Escolar Complementaria

En este orden, el enfoque sociocrítico nos acerca a un quehacer metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción - reflexión - acción que integra en módulos de aspectos psicosociales descritos anteriormente.

**Acción:** se refiere a la necesidad de que el formador reconozca la vida previa de los y las participantes, ello se centra en la necesidad de reconocer sus formas de movimiento, sus gestos técnicos, sus formas de relacionamiento; se trata de comprender al sujeto que se encuentra frente a mí como formador con todas sus características y condiciones morfofuncionales, así como sus condiciones sociales y culturales; quien llega a la práctica deportiva es un cuerpo dotado de subjetividad y por ello necesariamente un sujeto que debe reconocerse en todas sus dimensiones.

**Reflexión:** en este momento, el rol del formador se concibe como un papel fundamental, pues ha de favorecer las nuevas apropiaciones de los y las participantes a partir de lo reconocido en el momento inicial y de su espejo cultural como

formador/a. Su tarea no es menor, supone que sus acciones han de tener una triple entrada: lo primero es un trabajo motor que ayuda a cualificar los gestos deportivos de los y las participantes; lo segundo supone la necesidad de que los gestos técnicos sean comprendidos más que actuados, pero precisamente para que sean llevados a una práctica comprendida en relación con los otros y las otras que nos rodean; ello supone una comprensión amplia de los mismos y de su impacto en la vida humana para que sean acciones reflexionadas y no simplemente movimientos carentes de sentido que se olvidan en otros espacios y escenarios.

**Acción:** finalmente y como el elemento central de este accionar metodológico, se encuentra el tercer paso o momento metodológico, la ACCIÓN que realizan los y las estudiantes, pensadas, reflexionadas, comprendidas que suponen, sin duda, una cualificación de sus acciones y gestos técnicos que se mejoran en el espacio deportivo y en la vida misma; se trata de una práctica o un conjunto de acciones que reconocen en su despliegue: la Cultura Ciudadana y la Construcción de Ciudadanía como eje del movimiento en tanto éstos se viven con otros para construirse colectivamente; la Apropiación del espacio público como lugar de vivencia y disfrute del deporte y del encuentro; el reconocimiento de las diferencias como posibilidades de construcción y no como limitantes de los movimientos o de la vida y la existencia misma; la Identidad de género como la necesidad de reconocer y respetarnos desde los movimientos que hacemos que nos identifican como diferentes pero no en la existencia de uno o varios géneros de menor valía que otros; por último, estas acciones han de considerar la inclusión como un principio fundamental de la vida en comunidad.

La ejecución del enfoque permite que:

- ★ Un formador que se comprende como un sujeto que se actúa y se mueve, sintiendo y pensando y ello supone una interacción permanente en la sociedad, en una sociedad de diferentes y no de

iguales y que reconoce su rol en la tarea de que los niños y las niñas participantes de la **Jornada Escolar Complementaria** construyan pensamiento, movimiento y sensaciones como una triada indisoluble; pues los cuerpos no se mueven sin sentir y sin pensar.

- ★ Unos y unas escolares que comprenden el movimiento como parte de su existencia y el valor de este en las interacciones cotidianas, no se trata de tener seres humanos que se mueven muy bien en el desarrollo de sus deportes con gestos técnicos adecuados, sino que estos gestos técnicos y estas formas de despliegue de sus acciones se trasladan a su cotidianidad para reconocer la importancia de los otros, las otras y las diferencias que nos constituyen como seres humanos.

La acción, reflexión y acción se traduce en un proceso metodológico que reconoce la vida y va a la clase y posteriormente regresa a la vida de los escolares; ello se traduce en tres pasos metodológicos para la clase así:



### 5.3 Secuencia didáctica

Definición fases sucesión de actividades que responden a una estructura secuencial que las encadena a lo largo de un periodo de tiempo definido como el necesario para que los estudiantes adquieran los aprendizajes y se acceda a los conocimientos que se han trazado como metas.

#### Fase Inicial:

**Acción:** preparación de la clase y momento inicial de ésta que reconoce la entrada de los niños y las niñas a ésta y a partir de ahí se proponen nuevos movimientos y gestos técnicos por parte del profesor.

#### Fase Central y Fase de retroalimentación:

**Reflexión:** el formador ayuda a los niños y a las niñas a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo del movimiento dentro y fuera de los escenarios deportivos. En este momento los niños y niñas deben comprender que movimiento, pensamiento y sensaciones son, como ya se mencionó, una triada indisoluble.

#### Fase de retroalimentación y vuelta a la calma:

**Acción:** los y las formadoras junto con los niños y las niñas proponen las comprensiones logradas y se comprometen a la práctica de los movimientos aprendidos en clase para trasladarlos a la vida cotidiana en las diferentes interacciones de su existir. Como se mencionó antes, este puede ser el momento más importante de la metodología en tanto los movimientos se trasladan a la construcción de una vida que se mueve, siente y piensa e interactúa reconociendo las diferencias y la igualdad en tanto sujetos de derechos.

### 5.4 Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo integral

La acción, reflexión y acción se traduce en un proceso metodológico que reconoce la vida y va a la clase y posteriormente regresa a la vida de los escolares; ello se traduce en tres pasos metodológicos para la clase desde el proceso de enseñanza- aprendizaje través de la formación de 35 centros de interés reorganizadas por modalidades deportivas de la siguiente manera:



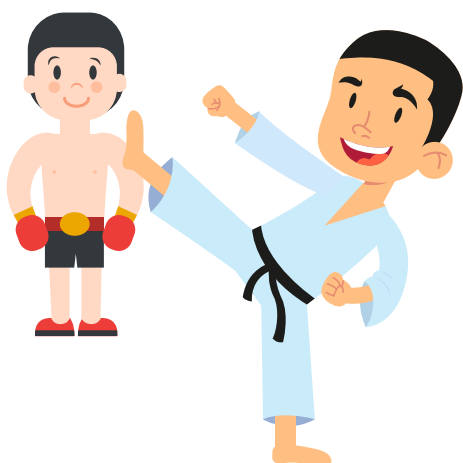
#### Pelota

Fútbol, baloncesto, sóftbol, futsal, tenis de campo, bádminton, voleibol, tenis de mesa, béisbol, fútbol de salón, balonmano, rugby y squash.



#### Combate

Judo, lucha, taekwondo, boxeo, karate, esgrima.



### Arte y precisión

Porras, gimnasia, baile deportivo.



### Nuevas tendencias deportivas

Escalada, BMX, ultimate, capoeira, skateboarding.



### Disciplinas audiovisuales

Ajedrez y actividad física.



### Tiempo y marca:

Natación, atletismo, patinaje, levantamiento de pesas, ciclismo.





## Iniciación al Movimiento



El centro de interés como estrategia pedagógica fortalece la formación integral, potenciando los aprendizajes esenciales partiendo del diálogo y de los consensos sobre los cuales se estructura el centro de interés, se formaliza y se definen los conceptos, las acciones, los tiempos, los recursos y las relaciones curriculares y las formas de identificarlas con cada una de las áreas y ejes transversales para resolver las preguntas que surjan en el centro de interés.

## 5.5 Valoración formativa de la Jornada Escolar Complementaria (VAF)

La valoración formativa y cualitativa (VAF), en la **Jornada Escolar Complementaria** busca valorar el progreso y proceso alcanzado por los **NNAJ** resultado de la dinámica de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de las actividades de los diferentes centros de interés transversalizando de las dimensiones del desarrollo humano, centrada en:

- ★ Lo que el estudiante logra, más no en lo que le falta.
- ★ Resaltar el interés y dedicación que muestra el escolar al desarrollar las actividades propuestas y destacar el esfuerzo ante la adversidad.
- ★ Entender el contexto (hogar, escenario deportivo, IED) de cada escolar.

Lo anterior sucede en cada sesión de clase y para evidenciar estos procesos el formador realizara y entregara a la IED cada dos meses la VAF a través de una herramienta de seguimiento y valoración diseñada por el componente pedagógico y psicosocial del proyecto que se encontrara en el Sistema de Información Misional SIM.

Este proceso busca fortalecer el PEI, mediante las acciones de armonización y articulación curricular acordadas con las diferentes IED en el marco de los proyectos: Fortalecimiento a la formación integral de calidad en Jornada Única y Jornada Completa, para niñas, niños y adolescentes en colegios distritales de Bogotá DC, de la SED y **Jornada Escolar Complementaria** del IDRD. En este sentido se busca promover la formación integral de **NNAJ** desde su dimensión cognitiva, motora, lúdica y psicosocial, a través de la práctica de centros de interés deportivos en ambientes de aprendizaje remotos (sincrónico, asincrónico) mediados por las TIC, guías de aprendizaje y ambientes presenciales no aularios como escenarios y parques de la ciudad para aquellas instituciones que inician el proceso de

alternancia. Garantizar un proceso formativo basado en el conjunto de acciones e interacciones que se generan, en forma planificada, entre diferentes agentes (escolares, docentes de las IED, formadores, ambiente no aularios, remoto, recursos educativos, guías de aprendizaje), para lograr los resultados de aprendizaje propuestos. Este conjunto de acciones e interacciones son intencionados dentro de un marco conceptual teórico y práctico, que orientan los procesos pedagógicos de los centros de interés, los cuales se relacionan a continuación:

- ★ Aprendizaje orientado por competencias para la vida: desarrollo de conocimientos, procedimientos y actitudes, con un conjunto de acciones que los escolares pueden desarrollar en su vida cotidiana o en una situación de la vida particular.
- ★ Aprendizaje experiencial: Ocurre cuando el escolar es capaz de enfrentar situaciones reales se consolida en él un conocimiento significativo, contextualizado, transferible, funcional, y se fomenta su capacidad de aplicar lo aprendido. En este caso por medio de la práctica deportiva escolar y lo que genera en sus dimensiones de desarrollo.
- ★ Tecnología al servicio del proceso formativo (procesos remotos): La virtualidad llega

para quedarse, por lo tanto, fortalecer las estrategias y metodologías activas y centradas en el estudiante, a través del uso de herramientas tecnológicas acordadas con la IED. Igualmente, la Integración de la tecnología para el mejoramiento de la gestión pedagógica del formador y el seguimiento de los procesos de enseñanza - aprendizaje.

- ★ El formador y formadora realizará el seguimiento al proceso de formación de los **NNAJ** y su respectiva valoración cualitativa VAF en la cual se resaltarán sus logros y aprendizajes.
- ★ El formador y formadora participará en las mesas de trabajo de cualificación por parte de los gestores pedagógicos y sociales, posteriormente construyen, analizan y revisan las modificaciones a las mallas curriculares de su centro de interés liderado por un profesional de enseñanza.

Asimismo, se establecen indicadores generales de cada dimensión de desarrollo por ciclo y período académico respetando las etapas de iniciación deportiva escolar desde la exploración, apropiación y dominio.



## Indicadores de la dimensión motriz

### Ciclo 1

#### Periodo 1



Explora múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, identificando las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos mediante el juego dirigido, mejorando su condición física.



Afianza múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, reconociendo las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos, vivenciando el juego dirigido como una forma de mejorar su condición física.



Domina múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, controlando las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos, comprendiendo el juego dirigido como una forma de mejorar su condición física.

#### Periodo 2



Explora a través de su cuerpo diferentes ubicaciones temporo espaciales, identificando la importancia de las rutinas de calentamiento para iniciar y recuperar después de cada actividad física, utilizando algunas actividades gimnásticas que brinden diversas posibilidades de movimiento de su cuerpo y su relación al manipular objetos deportivos propios del centro de interés.



Adquiere ubicaciones temporo espaciales, iniciando con rutinas de calentamiento para iniciar y recuperar al finalizar la actividad física, mediante algunas actividades gimnásticas que permiten ampliar las posibilidades de movimiento de su cuerpo, las técnicas y la manipulación de objetos deportivos propios del centro de interés.



Domina las diversas posibilidades de movimiento de su cuerpo, mediante actividades de ubicación temporo espacial y la relación de la manipulación de objetos deportivos propios del centro de interés, utilizando algunas actividades gimnásticas aplicadas a técnicas propias con pequeñas rutinas de calentamiento para iniciar, recuperar y finalizar la actividad física.

### Periodo 3



Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos deportivos y competitivos a nivel individual y grupal de su centro de interés teniendo en cuenta los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.



Apropia las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés mediante diversos juegos deportivos y competitivos individuales y grupales, reconociendo los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.



Domina las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés, participando activamente en diferentes juegos deportivos y competitivos individuales y grupales vivenciando los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.

### Periodo 4



Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo, identificando los cambios orgánicos que se exteriorizan en él cuando realiza actividad física, ejercicio y juegos propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.



Reconoce algunos cambios de su cuerpo e identifica los cambios orgánicos que se enfatizan en él cuando realiza actividad física, ejercicio y juegos propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.



Domina los cambios de su cuerpo cuando participa en actividades físicas, ejercicio y juego con los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo al vivenciar todos los ejercicios propios del centro de interés desplegando todas sus posibilidades físicas.

## Indicadores de la dimensión motriz

### Ciclo 2

#### Periodo 1



Explora variados ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés, manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria e Identificando las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios de su centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.



Apropia variados ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria, vivenciando una diversidad de movimientos básicos y reconociendo las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.



Domina diversos ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés, vivenciando el trabajo de sus segmentos corporales de forma global y segmentaria, aplicando las capacidades físicas básicas en juegos y ejercicios adecuados al centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.

#### Periodo 2



Identifica una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos, explorando su conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés, experimentando una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.



Combina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos, desarrollando su conciencia, control corporal y fundamentación en actividades de juego de tensión y de relajación trabajadas en el centro de interés, practicando una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.



Domina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios de fundamentación, demostrando conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés, percibiendo una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.

### Periodo 3



Identifica cambios en la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, participando en juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, que lo aproximan a los fundamentos propios del centro de interés, desarrollando sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.



Reconoce la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, relacionando juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, ciertos fundamentos propios del centro de interés, progresando en el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.



Domina la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, aplicando en juegos pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, los fundamentos trabajados propios del centro de interés, ejercitando sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.

### Periodo 4



Explora diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del centro de interés, manifiesta creatividad en la ejecución de juegos y actividades deportivas que ha indagado o practicado en su comunidad, identificando los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los experimenta por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.



Apropia diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del centro de interés, participa con interés e iniciativa en la ejecución de juegos y actividades deportivas que practica en su comunidad y las promueve, distingue las percepciones conceptuales de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los desarrolla por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.



Domina en el juego diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del deporte, utiliza las técnicas de movimiento aprendidas en el centro de interés y las pone en práctica cuando participa en su comunidad, aplica los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, adecuadamente en juegos de aplicación específicos del centro de interés.

## Indicadores de la dimensión motriz

### Ciclo 3

#### Periodo 1



Identifica sus capacidades en la realización de ejercicios físicos, juegos y manipulación de elementos del centro de interés, combinando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.



Afianza sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos, con la manipulación de elementos y movimientos acordes al centro de interés, analizando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.



Domina los movimientos del cuerpo de acuerdo a su centro de interés, dirigidos a la realización de ejercicios físicos y juegos con la manipulación de objetos, dominando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.

#### Periodo 2



Reconoce y explora las posibilidades de movimiento, propias de la ejecución de expresiones motrices en los esquemas o secuencias de movimiento, controlando y desarrollando de manera espontánea o guiada, las respuestas físicas presentes en cada una de las actividades de los centros de interés.



Apropia sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices, controlando y desarrollando de manera espontánea o guiada, las respuestas físicas presentes en cada una de las actividades de los centros de interés.



Domina sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices, construyendo de manera espontánea o guiada secuencias de movimiento con control corporal, comprendiendo los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.

### Periodo 3



Identifica las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos. explorando la ejecución de formas jugadas y técnicas propias del centro de interés.



Reconoce las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, controlando la ejecución de formas jugadas y técnicas de movimiento de su centro de interés, reconociendo movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.



Domina las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, dominando la ejecución de formas y técnicas de movimiento del centro de interés aplicando movimientos, actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.

### Periodo 4



Interpreta y relaciona coherentemente los diferentes movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza en el centro de interés manifestando la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales en la realización de su centro de interés, reconociendo la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Explora movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, Identificando la ejecución de formas y técnicas de movimiento motrices y deportivas del centro de interés, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



## Indicadores de la dimensión motriz

### Ciclo 4

#### Periodo 1



Explora movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, identificando la ejecución de formas y técnicas de movimiento motrices y deportivas del centro de interés, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



Apropia movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, controlando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas del centro de interés, vivenciado su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



Domina movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, reforzando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas del centro de interés, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.

#### Periodo 2



Explora diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, identificando las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, examinando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.



Apropia diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, ejecutando diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, expresando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Domina diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, desarrollando las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, atendiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa – actividad física.

### Periodo 3



Explora diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, reconociendo y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, comprendiendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Apropia diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, controlando y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, reconociendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Domina diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, generando y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, valorando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.

### Periodo 4



Explora técnicas de movimientos del centro de interés, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo, reconociendo la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.



Apropia técnicas de movimientos del centro de interés, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo, comprendiendo la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, expresando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.






Domina técnicas de movimientos del centro de interés que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo, desarrollando la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, atendiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa - actividad física.






## Indicadores dimensión lúdica

### Ciclo 1




#### Periodo 1

-  Vivencia el juego con sus compañeros y profesor desde la práctica de su centro de interés.
-  Manifiesta gusto por el juego con sus compañeros en el desarrollo de las actividades de su centro de interés.
-  Disfruta de la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades de juego, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.




#### Periodo 2

-  Explora posibilidades de juego con sus compañeros y compañeras en el desarrollo del centro de interés.
-  Realiza juegos que le permiten otras posibilidades de movimientos en el desarrollo del centro de interés.
-  Amplía la realización de juegos y actividades recreativas para enriquecer las actividades del centro de interés.

#### Periodo 3

-  Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos en el desarrollo de su centro de interés.
-  Apropia las diferentes expresiones de juego en el desarrollo de su centro de interés.
-  Domina juegos y actividades recreativas para su centro de interés.

#### Periodo 4

-  Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.
-  Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.
-  Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.

## Indicadores dimensión lúdica

### Ciclo 2

#### Periodo 1



Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.

#### Periodo 2



Explora posibilidades de juego con sus compañeros y compañeras en el desarrollo del centro de interés.



Realiza juegos que le permiten otras posibilidades de movimientos en el desarrollo del centro de interés.



Amplía la realización de juegos y actividades recreativas para enriquecer las actividades del centro de interés.

#### Periodo 3



Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia las diferentes expresiones de juego en el desarrollo de su centro de interés.



Domina juegos y actividades recreativas para su centro de interés.

#### Periodo 4



Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.






Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.




## Indicadores dimensión lúdica

### Ciclo 3

#### Periodo 1

-  Explora la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.
-  Apropia la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.
-  Domina la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.

#### Periodo 2

-  Amplía las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.
-  Apropia las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.
-  Domina las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.



### Periodo 3



Explora la ejecución de formas jugadas y técnicas propias del centro de interés a través de diferentes actividades recreativas.



Apropia actividades jugadas y recreativas reconociendo las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.



Domina actividades jugadas y recreativas reconociendo las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.

### Periodo 4



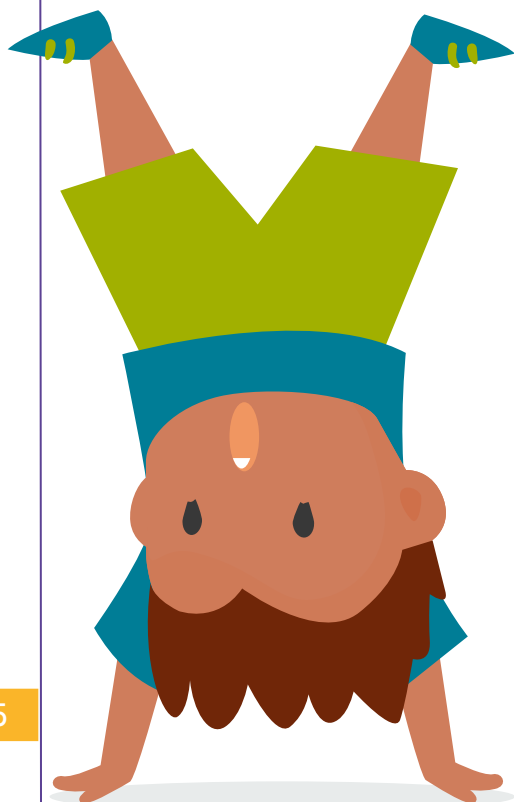
Identifica el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Apropia el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Domina el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



## Indicadores dimensión lúdica

### Ciclo 4

#### Periodo 1



Disfruta la posibilidad de realizar actividades físicas desde su centro de interés.



Apropia el desarrollo de las acciones de su centro de interés desde el disfrute y la acción colectiva, generando movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía.



Domina movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, reforzando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportiva del centro de interés, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y disfruta de su realización.

#### Periodo 2



Disfruta el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.



Apropia el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.



Domina el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.

### Periodo 3

- Explora posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.
- Apropia posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.
- Domina posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.

### Periodo 4

- Disfruta y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.
- Apropia y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.
- Domina y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



## Indicadores dimensión cognitiva

### Ciclo 1

#### Periodo 1



Identifica algunas acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.



Reconoce las acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.



Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.

#### Periodo 2



Explora las posibilidades de movimiento a partir de juegos y rondas, identificando que hay unos tiempos de juego específicos y unas rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar las actividades del centro de interés.



Apropia las posibilidades de movimiento a partir de juegos y rondas, reconociendo los tiempos y orientaciones específicas del centro de interés y las rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar cada actividad específica.



Domina las posibilidades de movimiento que brinda el centro de interés a partir de juegos y rondas, cumpliendo con los tiempos y orientaciones establecidas para el centro de interés y la aplicación de rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar las actividades específicas.





### Periodo 3

- Identifica las normas, reglas de seguridad, comportamiento y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en las prácticas del centro de interés y sus efectos en su condición física.
- Reconoce las normas, reglas de seguridad, comportamientos y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en la práctica del centro de interés y sus efectos en su condición física.
- Comprende las normas, reglas de seguridad, comportamientos del centro de interés y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en su condición física al realizar cada práctica deportiva.

### Periodo 4

- Explora ciertos talentos, habilidades y cualidades en la participación de actividades, juegos o ejercicios del centro de interés, identificando los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.
- Adquiere ciertas aptitudes, habilidades y cualidades al realizar actividades, juegos o ejercicios propuestos en el centro de interés, reconociendo los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.
- Manifiesta ciertas aptitudes, talentos, habilidades y cualidades cuando participa en actividades, juegos o ejercicios propuestos en el centro de interés, reconociendo los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.

## Indicadores dimensión cognitiva

### Ciclo 2

#### Periodo 1



Identifica los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.



Reconoce los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta, antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.



Comprende la importancia de tener hábitos de higiene y salud, antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.

#### Periodo 2



Identifica las normas, tiempos de juego, ejercicios, movimientos, fases de calentamiento y recuperación del centro de interés.



Reconoce que los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, son un pilar fundamental para la sana convivencia dentro del centro de interés.



Cumple con los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, para una sana convivencia dentro del centro de interés.



### Periodo 3



Identifica las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad, escenarios propios del centro de interés que promueven sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.



Reconoce las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad, escenarios propios de su centro de interés que permiten el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.



Preserva las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad y uso de los escenarios propios del centro de interés, fortaleciendo sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.

### Periodo 4



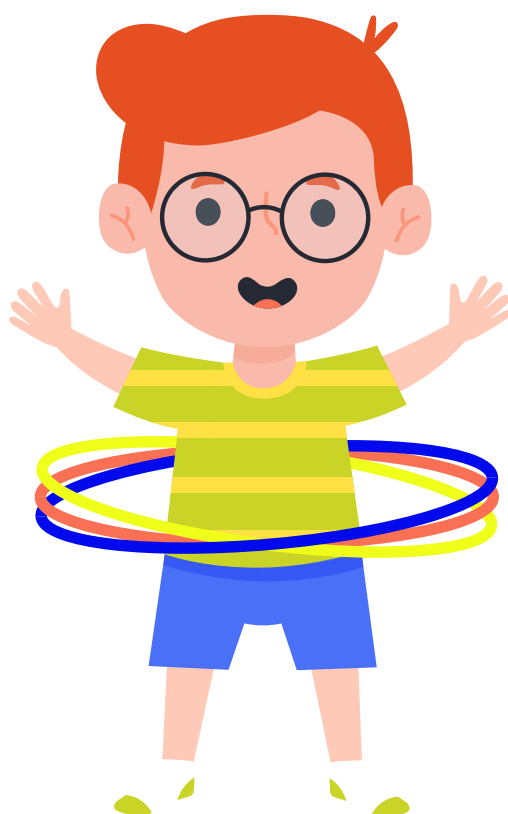
Participa en juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego por medio de la práctica de expresiones motrices, ejercicios y movimientos técnicos del centro de interés.



Desarrolla con autonomía juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego, por medio de la práctica de expresiones motrices, ejercicios y movimientos técnicos del centro de interés.



Práctica de manera emprendedora juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego, aplicando conceptos técnicos específicos del centro de interés.



## Indicadores dimensión cognitiva

### Ciclo 3

#### Periodo 1



Identifica y reconoce sus capacidades físicas en la práctica deportiva y la realización de ejercicios físicos del centro de interés, haciendo uso adecuado del tiempo de juego y la actividad física, en beneficio de la calidad de vida.



Comprende e interpreta la ejecución de la practica deportiva y la realización de ejercicio del centro de interés de acuerdo a sus capacidades físicas, haciendo uso adecuado del tiempo de juego y de la actividad física, en beneficio de la calidad de vida.



Domina y expresa las diferentes condiciones físicas y técnicas deportivas de su centro de interés de acuerdo a sus capacidades y habilidades cognitivas.

#### Periodo 2



Explora y reconoce los esquemas o secuencias de movimiento, con control corporal de manera espontánea o guiada desarrollando respuesta física a las actividades del centro de interés.



Reconoce los esquemas y secuencias de movimiento con control corporal de manera espontánea o guiada, interpretando los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas en las actividades de los centros de interés.



Construye y domina esquemas de movimiento con control corporal de manera espontánea o guiada comprendiendo los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.

### Periodo 3



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.



Controla la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.



Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.

### Periodo 4



Reconoce y relaciona coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



Interpreta y ejecuta coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



Comprende y valora coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



## Indicadores dimensión cognitiva

### Ciclo 4

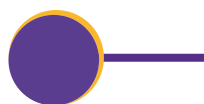
#### Periodo 1



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.



Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.

#### Periodo 2



Identifica las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, explorando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Ejecuta las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, expresando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Domina las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, reconociendo los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



### Periodo 3



Reconoce y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, comprendiendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Controla y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, identificando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Domina y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, valorando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.

### Periodo 4



Reconoce la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, explorando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Comprende la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, expresando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Adopta la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, atendiendo los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.

## Indicadores dimensión psicosocial

### Aspecto Social

#### Ciclo 1

##### Periodo 1 al 4



En el desarrollo de la práctica deportiva, el niño o la niña no manifiesta fácilmente sus emociones, ni genera una interacción armónica con los demás.



El niño o la niña reconoce el espacio, sabe que puede manifiesta sus mociones durante la clase, no tiene la iniciativa para interactuar con los demás pero intenta una participación activa.



El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, reconoce los sentimientos de las otras personas y en el desarrollo de la práctica deportiva exige respeto cuando alguien sufre una exclusión o cuando alguien es discriminado.



El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, promueve estrategias que permitan generar empatía con los demás y promueve dinámicas colectivas de participación.

#### Ciclo 2

##### Periodo 1 al 4



En su clase, el niño o la niña experimenta estados de ánimo que reconoce inciden de manera positiva o negativa en el desarrollo de actividades deportivas, pero no socializa con los demás.



El niño o la niña vivencia en la práctica deportiva actitudes de comunicación asertiva como fórmula para fomentar el respeto por sí mismo y por los demás.



El niño o la niña genera actitudes de respeto y diálogo como vía para facilitar las relaciones interpersonales y la sana convivencia.



El niño o la niña participa activamente en la clase, propone actividades en las cuales se participe activamente y reconoce el respeto como dimensión fundamental.

### Ciclo 3

#### Periodo 1 al 4



El niño o la niña no es acompañado por su familia, se muestra disperso e indiferente en la actividad deportiva y no participa activamente de las actividades que propone el formador.



El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación.



El niño o la niña presenta relaciones armónicas con los demás y se muestra motivado con el trabajo en equipo.



El niño o la niña tiene buenas relaciones con niños y niñas, tiene habilidades para tramitar los conflictos que se presentan y es reconocido por su amistad, su cooperación y su comunicación asertiva.

### Ciclo 4

#### Periodo 1 al 4



Reconoce con dificultad la importancia de la práctica deportiva para su desarrollo personal y para relacionarse con su familia y los demás.



Atribuye significación a algunos aspectos de la práctica deportiva como medio para su desarrollo y el relacionamiento con su familia y los demás.



Comprende la práctica deportiva como una dimensión con la cual complementar su proceso de desarrollo y como medio para relacionarse con su familia y con los demás.



Entiende que con la práctica deportiva está generando un mejor proceso de desarrollo, tiene argumentos que le permiten soportar sus reflexiones alrededor de la importancia de su desarrollo físico y mental con la práctica deportiva y los comparte en diferentes contextos y con diferentes personas.

## Indicadores dimensión psicosocial

### Aspecto Familiar

#### Ciclo 1

##### Periodo 1 al 4



La familia no acompaña el desarrollo de la **Jornada Escolar Complementaria** del niño o la niña.



La familia reconoce el papel que le corresponde dentro del proceso de formación de su hijo dentro del centro de interés, pero no existe una participación efectiva en los mismos.



La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés. La familia reconoce las normas y acuerdos construidos por los niños y formadores en los centros de interés.



Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades.

#### Ciclo 2

##### Periodo 1 al 4



La familia no acompaña el desarrollo de la **Jornada Escolar Complementaria** del niño o la niña.



La familia reconoce el papel que le corresponde dentro del proceso de formación de su hijo dentro del centro de interés, pero no existe una participación efectiva en los mismos.



La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés. La familia reconoce las normas y acuerdos construidos por los niños y formadores en los centros de interés.



Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades.

### Ciclo 3

#### Periodo 1 al 4



El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes.



El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia, pero se le dificulta ponerlos en práctica.



El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar.



El niño y la niña participa en propuestas de solución de situaciones problemáticas en su familia mostrando capacidad para transformar su realidad.

### Ciclo 4

#### Periodo 1 al 4



El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes



El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia, pero se le dificulta ponerlos en práctica.



El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar.



El niño y la niña participa en propuestas de solución de situaciones problemáticas en su familia mostrando capacidad para transformar su realidad.

## Indicadores dimensión psicosocial

### Aspecto Social

#### Ciclo 1

Periodo 1 al 4



Se relaciona con dificultad y de manera esporádica en las actividades propuestas dentro del Centro de Interés.



Reconoce los beneficios del trabajo colectivo en el ejercicio de las actividades del Centro de Interés.



Apropia los conocimientos adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria.



Comparte de manera solidaridad la importancia del deporte en su vida, trabajando constructivamente en equipo.

#### Ciclo 2

Periodo 1 al 4



Se relaciona con dificultad y de manera esporádica en las actividades propuestas dentro del Centro de Interés.



Reconoce los beneficios del trabajo colectivo en el ejercicio de las actividades del Centro de Interés.



Apropia los conocimientos adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria.



Comparte de manera solidaridad la importancia del deporte en su vida, trabajando constructivamente en equipo.

### Ciclo 3

Periodo 1 al 4



Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés.



Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral.



Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros.



Construye espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva.

### Ciclo 4

Periodo 1 al 4



Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés.



Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral.



Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros.



Construye espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva.

## Indicadores dimensión psicosocial

### Aspecto Conceptual

#### Ciclo 1

##### Periodo 1 al 4



El **NNAJ** no reconoce los contenidos expuestos en la clase, se le dificulta participar y socializar con sus pares.



El **NNAJ** interactúa ocasionalmente con sus pares y entorno, muestra interés en mejorar su socialización y participación en la clase deportiva.



El **NNAJ** identifica los contenidos expuestos en la clase deportiva, socializa e interactúa y cuida su entorno, reconociendo su rol en la clase.



El **NNAJ** Interioriza los conceptos orientados en la clase deportiva, reflejado en su socialización e interacción con sus pares, permeados por el respeto por sí mismo y el otro.

#### Ciclo 2

##### Periodo 1 al 4



El **NNAJ** presenta dificultad para atender las orientaciones brindadas por el formador en la clase deportiva y reconocer que la práctica deportiva integra aspectos de adecuadas relaciones interpersonales y sociales en su cotidianidad.



El **NNAJ** entiende los conceptos orientados por el formador en clase deportiva, con relación a derechos, valores, ciudadanía y género, sin embargo, aún se le dificulta ponerlos en práctica en su cotidianidad.



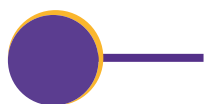
El **NNAJ** identifica y apropia los conceptos brindados por el formador; mostrando interés en incorporarlos en el vínculo de relaciones con sus pares y entorno.



EL **NNAJ** apropia y desarrolla los conceptos orientados por el formador desde la práctica deportiva y comprende la necesidad de relacionarse con sus pares y formadores de forma respetuosa y solidaria.

### Ciclo 3

#### Periodo 1 al 4



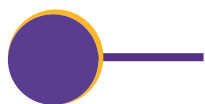
El **NNAJ** en la clase desde su centro de interés, tiene dificultad en la identificación de los conceptos relacionados con valores, derechos, ciudadanía y género, entre otros, presentando dificultad en reconocer su aplicabilidad en la vida cotidiana.



El **NNAJ** reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.



El **NNAJ** conceptualiza las orientaciones brindadas por el formador en el centro de interés, referentes a los valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, además, las materializa a través de su relación con sus pares y entorno



El **NNAJ** a partir de la interiorización conceptual (valores, derechos, ciudadanía, género) orientada en el centro de interés, reconoce cuáles son sus fortalezas y aspectos por mejorar que le permiten adaptarse a su contexto ciudadano.

### Ciclo 4

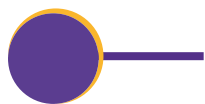
#### Periodo 1 al 4



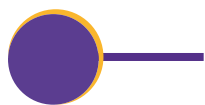
Al **NNAJ** se le dificulta interiorizar y comprender las reflexiones orientadas por el formador en la clase deportiva, no expresa sus opiniones ni participa de la construcción de la clase.



El **NNAJ** apropia los conceptos relacionados con; valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, expuestos en clase desde el centro de interés.



El **NNAJ** comprende y reflexiona en torno a los conceptos orientados en la clase deportiva, establece relaciones de convivencia desde el reconocimiento y el respeto de sí mismo y el de los demás.



El **NNAJ** reflexiona y participa de manera permanente de la clase, evidenciando y poniendo en práctica los conceptos relacionados a los valores éticos y ciudadanos; promoviendo la garantía de los mismos en los diferentes escenarios donde se desenvuelve cotidianamente.

## 5.6 Etapas de la iniciación deportiva escolar del centro de interés.

La evaluación formativa es una práctica de comprensión y una oportunidad de aprendizaje. " ... Lo que se observa y valora es la manera en que el estudiante ha recorrido el camino propuesto y el modo en que ha alcanzado los propósitos de aprendizaje" (Hernández, 2012). No es suficiente adquirir conocimientos, es necesario comprender sus lógicas de producción, es decir, comprender las visiones de mundo desde las cuales se producen, es por esto que desde los aspectos pedagógicos la VAF se desarrollará de la planeación de cada malla curricular desde las dimensiones del desarrollo humano desde lo cognitivo, motor y lúdico.

### 1. Etapa de formación perceptiva motora: Exploración

Esta etapa comienza con el nacimiento y se prolonga hasta los diez años aproximadamente. Se caracteriza por el desarrollo e irradiación de las capacidades perceptivo-motrices desde lo deportivo de cada centro de interés donde se desarrolla el esquema corporal, estructuración temporo-espacial, equilibrio, manipulación de objeto, coordinación dinámica general y coordinación senso motora.

Por lo tanto, todas las formas básicas del movimiento como correr, saltar, trepar, recibir, arrojar y variadas experiencias motrices con la intención de que todo sea recreativo, pero asistemático, estimulando y desarrollando sus capacidades ya mencionadas.

Relacionando el juego como parte del proceso de enseñanza, identificando conceptos desde el centro de interés.

### 2. Etapa de formación deportiva multilateral: Apropiación

Esta etapa abarca desde los once doce a trece años. El desarrollo de las más variadas formas

de coordinación, y familiarización, con los más diversos elementos y el desarrollo del pensamiento táctico general. Esta etapa nos presenta una gran capacidad de las técnicas de movimientos combinados en forma global.

No se consigue la inhibición de movimientos, por lo tanto, no hay precisión. Es posible el incremento de las capacidades físicas por medio del entrenamiento sistemático. Se puede desarrollar sus capacidades físicas como la resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad, coordinación, en forma general. En cuanto a la preparación mental permitirle conocer la idea central, las reglas del centro de interés. Por supuesto que todo esto sin perder de vista el desarrollo de los 3 objetivos de la etapa: desarrollo de los más variados patrones de la coordinación; familiarización con los más diversos elementos, desarrollo del pensamiento táctico general.

Identificando el juego como un aspecto importante, reconociendo las reglas que permiten aceptar los resultados del juego, igualmente relaciona conceptos del centro de interés.



### 3. Etapa de formación específica deportiva: Dominio

También abarca de desde 13 hasta los 17 años. Sus objetivos son: El desarrollo de las destrezas y habilidades específicas, el desarrollo del pensamiento táctico específico, el aprendizaje de las técnicas específicas del deporte.

Adapta el juego como proceso que le permite relacionarse, realizando una comprensión de los aspectos más importantes que se dan desde el juego aplicándolos a los conceptos que domina con claridad del centro de interés.



## 6. Microdiseño curricular

Este proceso de planeación micro curricular es una estrategia que permite orientar el proceso formativo del centro de interés de manera específica.

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA			
Proyecto 7854 Jornada Escolar Complementaria			
Ubicación curricular del centro de interés			
MODALIDAD DEPORTIVA	CENTRO DE INTERÉS	LÍNEA PEDAGÓGICA	ÁREA
Individual	Gimnasia	Deporte Escolar	Subdirección Técnica de Recreación y deporte
PERIODO ACADÉMICO: I.II.III.IV		COMPONENTE: PEDAGÓGICO	
TIPO DE PERÍODO ACADÉMICO			
BIMENSUAL	HORAS DE CADA SESIÓN 120 minutos		SESIONES DE CLASE CALENDARIO ACADÉMICO
CICLOS DE APLICACIÓN	Ciclo Inicial (6 años), Ciclo 1, Ciclo 2, Ciclo 3, Ciclo 4, Semillero.		80

**Tabla 4 Micro diseño Centro de interés Gimnasia**

### 6.1 Justificación del centro de interés en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria

La gimnasia es una de las disciplinas deportivas más completas y exigentes que se han desarrollado cada vez más, tanto en su técnica como en sus procesos de aprendizaje. Debido a la variedad de sus expresiones o modalidades, le permiten al niño un desarrollo multifuncional, ya que atiende el desarrollo de sus capacidades físicas, orgánicas, coordinativas, técnicas y volitivas entre otras.

Por ser una actividad deportiva muy completa favorece un amplio desarrollo del esquema corporal (por sus aspectos propioceptivo, interoceptivos y exteroceptivos), beneficiando su desempeño hacia otras actividades.

Permite desarrollar la capacidad individual inicialmente por ser un deporte con esta característica propia de desempeño, pero también grupal al participar por equipos en eventos de mayor relevancia donde todos dan lo mejor de sí definiendo esa medalla al equipo campeón dependiendo su modalidad.

Dentro del marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria la gimnasia, es conocida como una disciplina de arte y precisión, su desarrollo favorece otras actividades deportivas y artísticas como la danza, el teatro, entre otras.

### 6.2 Propósitos del centro de interés

#### 6.2.1. Objetivo general desde el centro de interés

Desarrollar y mantener habilidades físicas propias de la Gimnasia en niños, niñas, adolescente y jóvenes (NNAJ), buscando el bien personal y la armonía entre cuerpo y mente, beneficiando la formación integral del escolar, desde la participación en el centro de interés hasta la aplicación en diferentes ámbitos deportivos.

#### 6.2.2. Objetivos específicos

- ★ Ofrecer en gran proporción diferentes posibilidades de exploración y aprendizaje motriz, que ofrezcan un ambiente donde se desarrollen destrezas, habilidades, y

capacidades desde el centro de interés de gimnasia, teniendo en cuenta aspectos socio-emocionales y afectivos.

- ★ Incentivar buenos hábitos a los **NNAJ** por una cultura del cuerpo activo y saludable articulando entornos axiológicos de auto reconocimiento.

### 6.3 Concepto de deporte

En 1.940 la gimnasia llega a Colombia con el Padre Mosser, sacerdote italiano quien trae al país conocimientos del deporte de Suecia y Alemania, el sacerdote Mosser se radica en la ciudad de Bogotá en el colegio Salesiano León XIII, y comenzó a dirigir grupos de jóvenes con excelencia.

En el año 1.946 se organizaron los primeros juegos Bolivarianos en la ciudad de Barranquilla, en estos juegos llegó al país el argentino Jorge Carranza, él fue el encargado de preparar al equipo nacional de gimnasia, ellos entrenaban en la Universidad Nacional de Bogotá, su entrenamiento era llevado a cabo los fines de semana.

En 1954 llega al país el norteamericano Charles Pons quien se radicó en la ciudad de Bogotá, él conformó equipos de hombres y dando a conocer la metodología de los 6 aparatos masculinos y equipos de mujeres y les enseñó las técnicas en los cuatro aparatos femeninos, organizando el primer equipo nacional de gimnasia con estudiantes de la Universidad Pedagógica y Universidad Nacional, en 1.955 y 1.965 en los campeonatos nacionales sobresalieron gimnastas de Boyacá, y equipos del Valle y Cundinamarca.

Colombia en el año 1972 se hizo partícipe de los juegos Bolivarianos en Panamá, obteniendo ese año 2 medallas de bronce por equipos y una individual, año 1973 se participa en los juegos centroamericanos obteniendo medalla de plata por equipos masculino, siendo entrenador el profesor Junsuke Iwai, este año llegó a Cali el entrenador japonés Katsunori Hori, promoviendo

un alto nivel en los gimnastas del Valle en la rama masculina.

En 1.975, Colombia participó en los juegos Panamericanos de México con 3 gimnastas hombres. Desde ese año y hasta la fecha, Colombia ha participado en el ciclo olímpico. En octubre de 1.999, Colombia participó con 5 gimnastas masculinos y 2 femeninos en el campeonato mundial de gimnasia realizado en Tianjin, China. Para el año 2.008 Colombia obtuvo medalla de bronce en la Copa Mundo de Gimnasia realizada en Glasgow, Escocia. Y en los juegos suramericanos 2.010, realizados en la ciudad de Medellín, los colombianos también ganaron bronce y oro en varias de las rutinas.

Han sido 3 los gimnastas que han participado en los juegos olímpicos:

Jorge Hugo Giraldo, representó a Colombia en los Juegos Olímpicos de Atenas 2004, Pekín 2008 y Londres 2012, siendo el primer gimnasta colombiano en clasificarse para la máxima justa deportiva, ganó 3 medallas de oro y una de plata



en los juegos sur americanos, ese mismo año en los juegos centro americanos y del caribe, ganó 4 medallas de oro y una de bronce.

Jossimar Calvo participó en los Juegos Olímpicos de Río 2016 quien ocupó décimo en la final del concurso completo de los Juegos Olímpicos de Río 2016 y es el único colombiano que ha clasificado a una final de Gimnasia Artística en el evento más importante del deporte a nivel mundial, en los juegos panamericanos ganó 3 medallas de oro y 2 de bronce y en 2011 en los juegos suramericanos ganó 1 medalla de oro y 1 de plata.

Ángel Hernández participó recientemente en los olímpicos de Tokio 2021, en la modalidad de Trampolín.

Del 7 al 13 de septiembre en Sofía Bulgaria se realizó la copa del mundo de Parkour 2021, organizada por la FIG, participaron de este evento países como Rusia, Italia, Japón, Países Bajos, España, Francia entre otros, por su parte, América Latina contó con la representación de 14 atletas de países como Argentina, Chile, Colombia y México.

El país estuvo representado por Katherine Valencia (invitada por la FIG) y Yojan Toro de Valle y Camilo Mazo y Juan David Betancur de

Antioquia quienes conformaron la Selección Colombia de Parkour, se obtuvieron buenos resultados la deportista Katherine Valencia ocupó el puesto 11 en la modalidad de FreeStyle y el lugar 9 en SpeedRun,

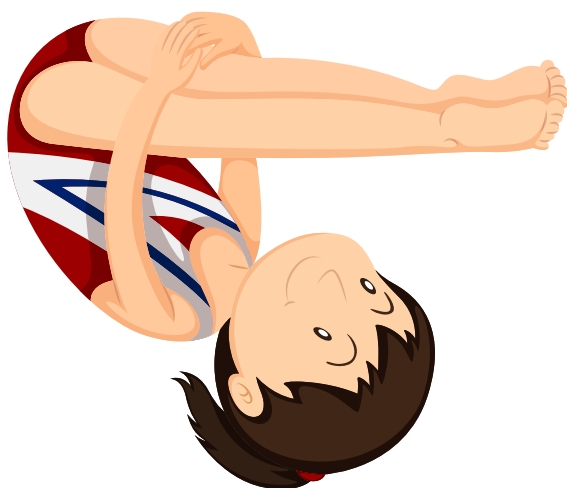
Actualmente la Gimnasia en Colombia está organizada de la siguiente manera, por la FIG, Unión panamericana de gimnasia, confederación suramericana de gimnasia, federación colombiana de gimnasia, en Colombia hay 18 ligas de Gimnasia de diferentes modalidades y de diferentes ciudades. Según el Diccionario Paidotribo de la Actividad Física y el Deporte (2008), referido por Pochini M, en su tesis de maestría, "la gimnasia es el arte de agilizar, ejecutar, flexibilizar y fortalecer el cuerpo mediante la realización de ejercicios físicos sistematizados con o sin aparatos"

Por otro lado, según Soto, la gimnasia general tiene dentro de sus tareas principales desarrollar armónicamente las formas y funciones del organismo, con el propósito de perfeccionar las capacidades físicas y fortalecer la salud, formar destrezas motoras de importancia vital, hábitos y proporcionar conocimientos especiales y educar las cualidades morales volitivas y estéticas.

La gimnasia es una disciplina deportiva de arte y precisión, que permite el desarrollo de las capacidades físicas, mencionadas y clasificadas por Mainel y Schabel (1987) como fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad en el que, el desarrollo de las mismas se genera a partir de la modalidad de gimnasia que se está practicando, dando lugar a un aprendizaje de habilidades específicas.

Dentro de las modalidades de la gimnasia se encuentran:

- ★ Gimnasia general.
- ★ Gimnasia rítmica.
- ★ Gimnasia artística.
- ★ Gimnasia aeróbica.
- ★ Gimnasia acrobática.
- ★ Gimnasia de trampolín.
- ★ Parkour.



## 6.4 ¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés de la Jornada Escolar Complementaria?

Que los **NNAJ** mantengan una buena disposición a la hora de realizar las actividades propuestas en el centro de interés GIMNASIA. Teniendo sentido de pertenencia hacia él mismo y hacia sus compañeros para garantizar una sana convivencia.

Lograr que los **NNAJ** sean deportistas íntegros, explorando, desarrollando y desempeñando todo su potencial deportivo y a su vez ser ciudadanos ejemplares en su entorno, capaz de asumir su rol y destacarse por sus valores, empatía, respeto, tolerancia, igualdad, amistad, lealtad, dignidad, honestidad y todos aquellos que le permitan ser mejor, reconociendo sus derechos y asumiendo sus responsabilidades como ciudadano.

Aporta ideas que contribuyan a su propio desarrollo deportivo, siendo consciente de los beneficios que tiene la Gimnasia como deporte para el cuerpo, la salud y bienestar emocional, dejando un valor agregado que lo hace único y especial como ser humano, en su centro de interés y en su propio ambiente, consiguiendo así también una buena comunicación.

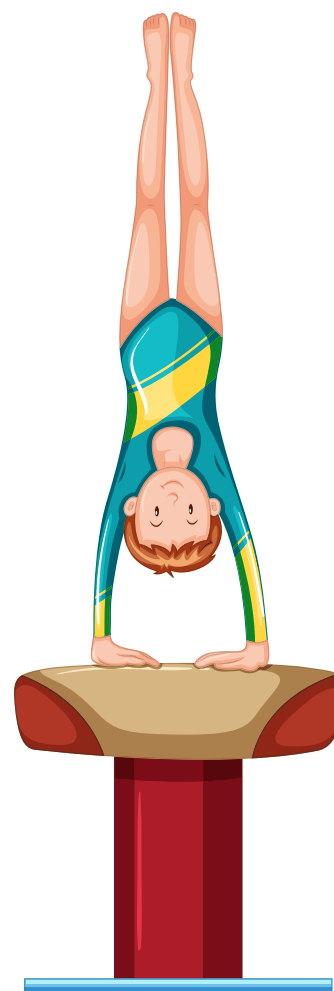
Forjar el carácter ya que debe tener constancia y paciencia para afrontar dificultades a lo largo del desarrollo del centro de interés, teniendo en cuenta que el deporte GIMNASIA es un deporte individual que le exige todo su potencial.

El centro de interés de GIMNASIA, espera que el escolar reciba oportunidades para el buen desarrollo integral de su SER a través de las diferentes actividades ofrecidas. Tendrá la posibilidad de generar transformaciones necesarias para su hacer y para los obstáculos que a nivel motriz se le presenten, a través de espacios y ambientes pedagógicos. Además, el escolar estará en la capacidad de aprovechar los ambientes y espacios pedagógicos, ofrecidos por el programa y el conocimiento de los formadores.

Tendrá la facultad de abordar dimensiones motoras, cognitivas, bio-psicosociales y lúdicas, para su formación integral, proyectando esto en un futuro como deportista de rendimiento.

Se espera que el escolar desarrolle destrezas y habilidades específicas motoras, que le darán beneficios para el fortalecimiento de la confianza en sí mismo, permitiéndole la autorregulación, contrarrestar la timidez así como también el aprendizaje de hábitos de higiene, de un estado de salud óptimo relacionado con buenos hábitos de postura, peso, crecimiento y desarrollo, vitalidad y energía en sus actividades diarias, desarrollar el sentido del ritmo y formar se en disciplina en todos los sentidos.

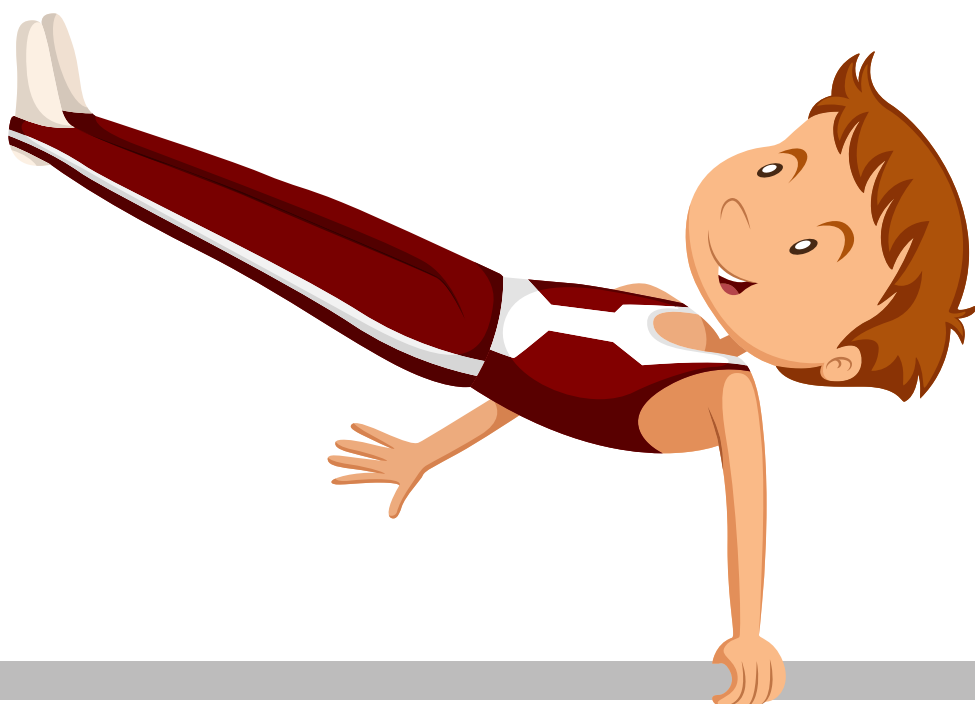
En su parte social mejor comunicación, expresión, donde se respete la diferencia y exista la inclusión evitando todo tipo de discriminación. De esta manera, esperamos que el escolar desarrolle confianza en sí mismo y seguridad en lo que realice en su vida.



## 6.5 Políticas del centro de interés

### 6.5.1. En presencialidad

- ★ Se tendrá en cuenta que el aprendizaje presencial en las IED, aluden a los espacios físicos donde interactúan estudiantes y formadores, apoyados por los recursos educativos y bajo un currículo flexible.
- ★ Es importante tener en cuenta, que la reapertura gradual, progresiva segura de las instituciones educativas es vital para el desarrollo integral de los estudiantes, este debe ser gradual, intencionado y ante todo seguro para todos los miembros de la comunidad educativa, por eso, la implementación de escenarios de interacción presencial debe darse de forma escalonada y planeada estratégicamente.
- ★ Cumplir con los horarios y conformación de grupos según las normas de bioseguridad.
- ★ Identificación con la sudadera de la institución o el uniforme correspondiente a la actividad deportiva
- ★ Mantener y hacer respetar las normas de convivencia durante la ejecución del centro de interés IDRD- SED).
- ★ Manejar un vocabulario adecuado con los compañeros durante la realización de clase
- ★ Entregar al formador deportivo constancias médicas de antecedentes de salud para tener un registro de este en una carpeta.
- ★ Cuidar que el lugar de trabajo esté en las mejores condiciones para una buena convivencia
- ★ Velar por el protocolo de bioseguridad durante toda la jornada con los escolares del centro de interés de GIMNASIA.
- ★ Fomentar espacios de participación guardando la distancia y materiales de trabajo
- ★ Habilitar espacios de trabajo que permitan la seguridad y la salud de los **NNAJ** del centro de interés de gimnasia
- ★ Identificar las estrategias de apoyo al centro de interés de gimnasia.
- ★ Acatar la Ruta de Convivencia y de atención para el desarrollo del Proyecto Jornada Escolar Complementaria del IDRD y del (CI - Gimnasia).



### 6.5.2. En sesiones sincrónicas remotas

- ★ Usar el uniforme correspondiente de Educación Física, preferiblemente camiseta y pantaloneta.
- ★ Contar con la presencia de un adulto responsable quien debe apoyar la clase y verificar que el niño siga las instrucciones del formador participando de la clase.
- ★ Recoger su cabello y NO usar ningún tipo de joyas
- ★ Escoger el espacio propicio y seguro para realizar la sesión de clase virtual alistando los materiales necesarios solicitados por el formador
- ★ Tener disponibilidad de la hidratación y una colcha o manta para realizar los ejercicios.
- ★ Conectarse puntualmente a la clase y encender la cámara para poder interactuar pedagógicamente.
- ★ Realizar el llamado a lista para hacer el respectivo seguimiento de cada uno de los estudiantes y saber su estado de conectividad para poder dar solución a las inasistencias.
- ★ Al inicio de la clase que el alumno conozca los desempeños a desarrollar en la parte social y temática propia del centro de interés de GIMNASIA
- ★ Motivar a los alumnos para que realice cada una de las actividades y entreguen las evidencias que se le soliciten para así buscar la continuidad de los **NNAJ** en el centro de interés
- ★ Conocer su condición médica para en casos particulares saber cómo proceder.
- ★ Conocer y Activar protocolos en caso que ocurra un accidente durante la sesión de clase virtual
- ★ Estar en constante cualificación para seguir el proceso de articulación y armonización curricular entre la IED y el IDRD
- ★ Seguir las instrucciones del formador
- ★ Ser el garante de promover las competencias básicas, socioemocionales y ciudadanas de los **NNAJ**
- ★ Emitir una valoración cualitativa del proceso de los **NNAJ** y reportarlo en el SIM
- ★ Al finalizar cada periodo académico realizar un aula interactiva
- ★ Finalizando el semestre realizar una muestra de los aprendizajes obtenidos de los **NNAJ** durante las sesiones de clase del CI Gimnasia.



## 6.6 Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias



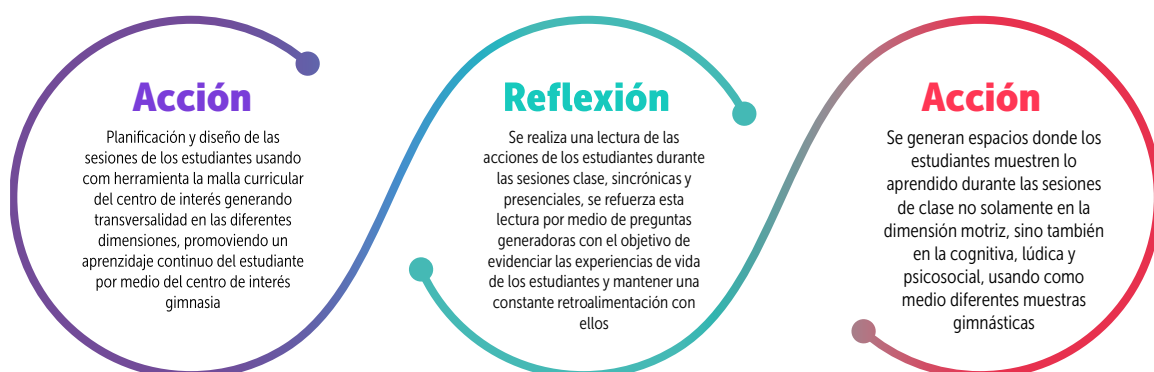
**Figura 5 Dimensiones y competencias del siglo XXI orientadas desde el C.I. Gimnasia**

## 6.7 Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acción-reflexión-acción

**Acción:** La acción está guiada a generar motivación, iniciativa y expectativa en la orientación del diseño propio de la clase y la malla curricular apreciando las dimensiones del

desarrollo humano, y la dirección en que se mueve.

**Reflexión:** Se encontrarán alternativas valorando los aciertos y desaciertos en las experiencias de aprendizaje y formación que permitan la observación, la interpretación, la descripción y la comprensión de la vida del escolar como su acción interdisciplinar.



**Figura 6 Dimensiones y competencias del siglo XXI orientadas desde el C.I. Gimnasia**

Acción: Los aprendizajes, experiencias y apreciaciones transformarán y reflejarán la vida del estudiante conduciendo hacia el desarrollo de la técnica y la práctica deportiva impactando su entorno, su vida escolar, social y personal. El centro de interés de gimnasia relaciona la metodología de enseñanza, acción reflexión acción, de la siguiente manera. **Ver figura 6.**

## 6.8 Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés.

### 6.8.1 Estrategias didácticas utilizadas en la gimnasia

En el centro de interés de gimnasia, se implementarán las siguientes estrategias didácticas para el aprendizaje motor, lúdico, social y cognitivo:

1. **Creación de escenarios de aprendizaje:** se diseña e implementa el trabajo por circuitos de ejercicios secuenciales, donde se abordan los diferentes elementos básicos de la gimnasia, desde diferentes niveles de complejidad, teniendo en cuenta la edad y el desarrollo psicomotor de los estudiantes.
2. **Aprendizajes para abordar en extensión y profundidad:** Aumento de la complejidad y profundidad en la ejecución de elementos básicos de la gimnasia: el estudiante inicia con el aprendizaje motriz y coordinativo de un elemento básico gimnástico, posteriormente se incluyen variaciones de este mismo elemento elevando su nivel de exigencia y complejidad hasta lograr secuencias completas y rítmicas diferenciadas para luego trabajar otro elemento e incluirlo en la rutina final.
3. **Apropiación de saberes y desarrollos de capacidades de la gimnasia:** Desarrollo psicosocial y emocional del estudiante: durante las sesiones de clase los estudiantes se centran en los procesos del autoconocimiento y aceptación de la corporeidad, enfatizando en la autoestima y el autocuidado. Además, se busca que cada estudiante confíe en sí mismo y poco a poco genere procesos motrices y coordinativos más avanzados, que permitan ponerse retos mayores y mejorar su actividad física, concentración y fortalecimiento muscular y memoria motriz.
4. **Actividades alternativas.** Actividades que se utilizan cuando no es posible salir al patio escolar videos de competencias de gimnasia y modalidades.
5. **Juegos modificados.** Son juegos que mantienen en esencia la naturaleza problemática del juego deportivo estándar o deporte (por lo tanto, también su táctica). No pertenecen a





ninguna institución deportiva ni están sujetos a la formalización y estandarización.

al momento de la creación y ejecución de esquemas de movimientos gimnásticos.

6. **Juegos cooperativos.** Pueden definirse como aquellos en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez Callado, 2004) en gimnasia lo podemos destacar desde el trabajo de la gimnasia acrobática y el acrosport.
7. **Juegos con reglas.** El juego de reglas da acceso a la realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro y Adelantado. 2002).
8. **Itinerarios didácticos rítmicos.** Secuencia metodológica que orienta un proceso creativo a partir de la construcción de movimientos, a través de la utilización de elementos perceptivo- motrices (ritmo externo, ritmo interno, ubicación espacio-temporal entre otros) como resultado de estímulos externos, todas estas como habilidades fundamentales
9. **Fábula motora.** La fábula es un relato breve escrito en prosa o verso, donde los protagonistas son animales que hablan. Las fábulas se hacen con la finalidad de educar, lo cual es la moraleja, está normalmente aparece al final, al principio o no aparece porque se encuentra en el mismo contenido del escrito.
10. **Cuento motor.** Es un relato que nos remite a un escenario imaginario dentro de un contexto de reto y aventura, con el fin de lograr que los niños y niñas se puedan sentir identificados desde la actividad motriz, emulando a los personajes del propio cuento. Pone en juego aspectos de índole afectivo y cognitivo con lo cual se desarrolla la creatividad, la imaginación, educación en valores, pensamiento estratégico y trabajo cooperativo propiciando un proceso de reflexión y diálogo entre los alumnos. El cuento motor cobra mayor sentido dentro de un ámbito interdisciplinario lo cual permite realizar una articulación de saberes desde lo motriz y lo cognitivo al juntar elementos gimnásticos dentro de la narrativa de una historia fomentando así la creatividad desde

un campo específico como lo es la gimnasia y todas sus posibilidades de movimiento.

**11. Formas jugadas.** Son una estrategia didáctica que se pone a disposición de la práctica de actividades previas a la realización de un juego o deporte que permiten incursionar, conocer y practicar los distintos desempeños motrices que se exigen del mismo. En el centro de interés de gimnasia las formas jugadas permiten a los estudiantes adquirir conocimientos desde actividades recreativas que sirven de iniciación o introducción a una temática.

**12. Juegos naturales (no reglados).** Los juegos naturales son actividades que los niños practican en forma cotidiana dentro y fuera de la escuela que cumplen una función importante para su desarrollo y que constituyen un instrumento de afirmación individual. Su característica básica consiste en que permiten establecer y aceptar normas mínimas, generalmente propuestas por los mismos niños. Asimismo, desde la gimnasia se pueden generar juegos naturales en donde los estudiantes articulen elementos gimnásticos en el desarrollo de los mismos.

**13. Juego simbólico.** El juego simbólico introduce al niño en el terreno de la simbolización, o acción del pensamiento de representar en la mente una idea atribuida a una cosa. Para acceder a la simbolización, o utilización de símbolos, es necesario manipular algo; es

decir, el uso de alguna idea u objeto, no sólo manejarlas físicamente; en cualquiera de estas opciones hay simbolización. Al ser el símbolo una atribución, supone la separación entre pensamiento y acción, ya no es acción por la acción, sino símbolo para la acción, o acción por el símbolo. (Navarro y Adelantado. 2002). Desde el juego simbólico en el centro de interés de gimnasia se puede evidenciar un trabajo desde lo psicosocial en donde el centro de la actividad no es la ejecución del ejercicio sino todos aquellos elementos o habilidades sociales y emocionales que la gimnasia le permitirá desarrollar al estudiante.

**14. Virtualidad:** Todas aquellas actividades que permitan el uso de herramientas digitales para que los estudiantes desde un enfoque educativo centrado en la gimnasia puedan obtener aprendizajes significativos siendo esta un factor importante en la formación.

## 6.9 Estrategia de valoración formativa

**Diagnóstica:** Preguntas problematizadoras que desarrollará reflexiones e interpretaciones del contexto.

**Formativa:** La auto evaluación en presencialidad

**Valoración:** Está relacionado a los productos como documentos escritos de guías, prácticas motrices y participación a través de la observación, creatividad.



# Bibliografía

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–5). Bogotá: IDRD.

Álvarez, María Gladys. Diseñar el currículo universitario: un proceso de suma complejidad la formación humana y curricular. Signo pensam. Vol.29 (Nº56). Bogotá.2010.

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–2). Bogotá: IDRD.

Cahn, S. M., & Sen, A. (2018). Capabilities and Resources. Political Philosophy in the Twenty-First Century, 119–131. <https://doi.org/10.4324/9780429498190-9>

García-Chueca, E. (2014). Aprender del Sur. El pensamiento de Boaventura de Sousa Santos en la transición paradigmática. Alice Working Paper, 1–25. <https://alice.ces.uc.pt/en/wp-content/uploads/2014/03/1.-Eva-Garcia-Chueca.pdf>

Molina-Gallo, J. A., & Sánchez-Londoño, N. (2017). Expresiones alternativas de los y las jóvenes desde el juego, la diversión y la fiesta en la ciudad de Medellín como acciones de transformación social. [http://Ridum.Umanizales.Edu.Co:8080/Xmloi/Bitstream/Handle/6789/2973/Sanchez\\_Londono\\_Nestor\\_Daniel\\_2017.Pdf?Sequence=1&isAllowed=y](http://Ridum.Umanizales.Edu.Co:8080/Xmloi/Bitstream/Handle/6789/2973/Sanchez_Londono_Nestor_Daniel_2017.Pdf?Sequence=1&isAllowed=y)

Muxí, Zaida. (2019). La co-creación del espacio público como estrategia para ciudades educadoras. (2019). vol. 6, nº11. Barcelona, España.

Nussbaum, M. (2012). Crear Capacidades: propuesta para el desarrollo humano. Paidós.

Saraví, J. R. (2000). Departamento de Educación Física, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata. Argentina.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2008). Reorganización por ciclos: Transformación de la enseñanza y desarrollo de los aprendizajes comunes y esenciales de los niños, niñas y jóvenes, para la calidad de la educación (pp. 7-11). Bogotá: Imprenta Nacional.



Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones generales (pp. 11–26). Bogotá: SED.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Secretaría de Educación Distrital. Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones Generales 40x40. Bogotá.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2020). Bases para la construcción de orientaciones pedagógicas y el acompañamiento en el marco del plan de desarrollo distrital 2020 – 2024 "un nuevo contrato social y ambiental para Bogotá del siglo XXI". SED – DEPB –Proyecto 1005.

Secretaría de Educación Distrital (2015). Protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular. SED.

Tenti Fanfani, E. (2010). Estado del arte: Escolaridad primaria y jornada escolar en el contexto internacional. Estudio de casos en Europa y América Latina. Buenos Aires: Secretaría de Educación Pública de México IIPE-UNESCO – Sede Regional Buenos Aires.

<div><div></div><div>COLEGIO VILLAS DEL PROGRESO IED</div><div>Resolución de Aprobación No.07-0834 del 20 de mayo de 2.014</div><div>DANE: 211001076958 / N.I.T. 830.057.661-5</div><div></div></div>																										
DESEMPEÑOS Y RECOMENDACIONES IDRD - 2024																										
CENTROS DE FORMACIÓN DEPORTIVOS																										
	DIMENSIONES	GIMNASIA 1*			TAEKWONDO 2*			TAEKWONDO P.B			BALONCESTO 6*		BALONMANO 7*		BALONMANO AC1		VOLEIBOL 8*		TENIS DE CAMPO 9*		TENIS DE CAMPO AC2					
COGNITIVO SABER-SABER	1	D24040401	D E S E M P E R O	1. Desarrolla la memoria para seguir instrucciones directas y ejecutar patrones de movimiento básicos. 2.Explora los movimientos articulares mediante estiramientos y elongaciones musculares.	1	D24050401	D E S E M P E R O	1. Desarrolla habilidades para seguir instrucciones directas en coreano y ejecutar movimientos básicos del taekwondo. 2.Explora movimientos propios del taekwondo encaminados a las formas de combate imaginario poomsae.	1	D24090401	D E S E M P E R O	1. Desarrolla habilidades para seguir instrucciones directas en coreano y ejecutar movimientos básicos del taekwondo. 2.Explora movimientos propios del taekwondo encaminados a las formas de combate imaginario poomsae.	1	D24100401	D E S E M P E R O	1	D24110401	D E S E M P E R O	1	D24120401	D E S E M P E R O	1. Reconoce la importancia de la lúdica y la recreación en la edad escolar.	1	D24120401	D E S E M P E R O	1. Identifica la importancia de seguir un reglamento básico para el desarrollo de toda actividad.
	2	R24040404	R E C O M E N D A C I O N	1. Practicar en casa los movimientos gimnásticos estudiados en clase con la supervisión o guía de un adulto. 2.Practicar en casa los movimientos gimnásticos estudiados en clase con la supervisión o guía de un adulto.	2		R E C O M E N D A C I O N	1. Practicar en casa los movimientos básicos vistos en clase reforzando la terminología y los principios del taekwondo	2		R E C O M E N D A C I O N	1. Practicar en casa los movimientos básicos vistos en clase reforzando la terminología y los principios del taekwondo	2		R E C O M E N D A C I O N	2		R E C O M E N D A C I O N	2		R E C O M E N D A C I O N	2. Observar videos en los temas enunciados en las sesiones de clase de tenis de campo.	2		R E C O M E N D A C I O N	2. Consulta las reglas del tenis en sus diferentes modalidades.
PROCEDIMENTAL SABER-HACER	3	D24040402	D E S E M P E R O	1.Realiza movimientos fundamentales como correr, saltar, rodar, lanzar y atrapar. 2.Ejecuta con confianza movimientos cotidianos mediante patrones básicos de movimiento.	3	D24050402	D E S E M P E R O	1. Realiza los movimientos básicos como Maqui (bloqueo) chagui (pateo) y sogui (posturas), en forma adecuada segun sus capacidades. 2. Sele facilita dirigir en formacion algunos ejercicios de movilidad articular y calentamiento para la clase.	3	D24090402	D E S E M P E R O	1. Realiza los movimientos básicos como Maqui (bloqueo) chagui (pateo) y sogui (posturas), en forma adecuada segun sus capacidades. 2. Sele facilita dirigir en formacion algunos ejercicios de movilidad articular y calentamiento para la clase.	3	D24100402	D E S E M P E R O	3	D24110402	D E S E M P E R O	3	D24120402	D E S E M P E R O	3. Realiza con precisión el gesto de los golpes básicos del tenis con la mano y raqueta.	3	D24120402	D E S E M P E R O	3. Ejecuta con fluidez la posición básica de tenis de campo y realiza desplazamientos generales con cambios de dirección.
	4	R24040405	R E C O M E N D A C I O N	1. Buscar material de apoyo (libro, imágenes, rutinas, video) que oriente sobre la ejecución de los patrones básicos de movimiento. 2.Practicar en casa juegos en los que fortalezca las habilidades motrices básicas como: correr, saltar, rodar, lanzar y atrapar.	4		R E C O M E N D A C I O N	1. Apoyados con uno o varios compañeros repasar los movimientos básicos del taekwondo de forma estática y en movimiento 2. dibujarse haciendo las técnicas de pateo teniendo en cuenta hacer el piso.	4		R E C O M E N D A C I O N	1. Apoyados con uno o varios compañeros repasar los movimientos básicos del taekwondo de forma estática y en movimiento 2. dibujarse haciendo las técnicas de pateo teniendo en cuenta hacer el piso.	4		R E C O M E N D A C I O N	4		R E C O M E N D A C I O N	4		R E C O M E N D A C I O N	4. Realizar trabajos autonomos en el hogar con la pelota de tenis apoyado en una pared que le permita controlar rebotes de la pelota inicialmente con la mano y posteriormente con una tabla pequeña (simulando una raqueta).	4		R E C O M E N D A C I O N	4. Demuestra dominio de pelota y ubicación espacial, controlando 10 golpes seguidos contra el muro con la mano.
ACTITUDINAL SABER-SER	5	D24040403	D E S E M P E R O	1.Demuestra en sus relaciones con los otros habilidades sociales básicas para el trabajo en equipo como el respeto y la tolerancia. 2.Reconoce a sus pares como seres importantes de la sociedad.	5	D24050403	D E S E M P E R O	1. Sabe los principios del taekwondo y su aplicacion en comunidad, teniendo el respeto como principal valor	5	D24090403	D E S E M P E R O	1. Sabe los principios del taekwondo y su aplicacion en comunidad, teniendo el respeto como principal valor	5	D24100403	D E S E M P E R O	5	D24110403	D E S E M P E R O	5	D24120403	D E S E M P E R O	5. Acepta con humildad y paciencia las dificultades propias y del otro.	5	D24120403	D E S E M P E R O	5. Asume una actitud crítica, asertiva y constructiva frente a las actividades propuestas en clase.
	6	R24040406	R E C O M E N D A C I O N	1. Realizar actividades en familia que permitan fortalecer habilidades para relacionarse con los demás (respeto y tolerancia) 2.Se le recomienda respetar la opinión de sus pares.	6	R24050404	R E C O M E N D A C I O N	1. Practicar e inculcar los valores a sus pares y en su entorno en general.	6	R24090404	R E C O M E N D A C I O N	1. Practicar e inculcar los valores a sus pares y en su entorno en general.	6	R24100404	R E C O M E N D A C I O N	6	R24110404	R E C O M E N D A C I O N	6	R24120404	R E C O M E N D A C I O N	6. Ser auto crítico y buscar opciones de mejora constante.	6	R24120404	R E C O M E N D A C I O N	6. Aprende los diferentes valores de comportamiento del tenis y los transfiere a su vivencia personal.