

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**  
**PLAN DE ESTUDIOS AREA DE EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES**  
**BASICA PRIMARIA.**

**GRADO: PREESCOLAR**

<b>COMPETENCIA</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDAR ESPECIFICO</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Adquiero autonomía y confianza para realizar de manera adecuada actividades de mi contexto personal, familiar y escolar.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Manifiesto por medio de mis movimientos seguridad al desplazarme en un espacio determinado.</li> <li>• Me ubico en lugares determinados y establezco adecuadamente relaciones espaciales (arriba, abajo, adelante, atrás y a los lados)</li> <li>• Reconozco lugares que pueden atentar contra mi integridad física y los evado de manera eficiente.</li> <li>• Realizo con facilidad tareas cotidianas relacionadas con la alimentación, el aseo y la presentación personal.</li> <li>• Ayudo en las tareas escolares y del hogar de acuerdo con mis capacidades.</li> <li>• Expreso seguridad cuando realizo actividades en mi diario vivir.</li> <li>• Organizo los juguetes y los elementos que utilizo, aplicando conceptos.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b>  <b>Primeras Experiencias</b>  <b>Gimnásticas.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Ronda de socialización  Test de entrada (cualidades físicas).</p> <p><b>Tema 2:</b> Coordinación General  Destrezas elementales.  Exploración del entorno.</p> <p><b>Tema 3:</b> Esquemas corporal.  (Control respiratorio)  Hábitos y actividades higiénicas.</p> <p><b>Tema 4:</b> Patrones de movimientos.  (Correr, saltar)  Estructuración temporal espacial.  (Lento , normal , rápido)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

<p><b>INTERACCION SOCIAL</b></p>	<p>Me integro de manera activa con niños de mi edad y expreso sentimientos y actitudes de respeto, tolerancia y solidaridad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplico la coordinación fina y visomotriz en la ejecución de tareas escolares y del hogar.</li> <li>• Ejecuto destrezas elementales que ponen a prueba mi equilibrio estático y dinámico. (Saltar en un pie, caminar sobre superficies elevadas, entre otras.)</li> <li>• Aplico los <i>patrones</i> de manipulación pasar y recibir (estadio inicial)<sup>1</sup> en juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución educativa.</li> <li>• Manipulo adecuadamente los materiales que utilizo en la elaboración de tareas dentro y fuera de la institución educativa.</li> <li>• Aplico los <i>patrones elementales</i><sup>2</sup> de locomoción en juegos infantiles por parejas y pequeños grupos dentro y fuera de la institución educativa.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>II UNIDAD</b> <b>Primeras experiencias atléticas.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Rondas de socialización Cualidades Física Ritmo corporal, inicio a la velocidad, la emoción, reacción.</p> <p><b>Tema 2:</b> Destreza Elementales. (Arrancar o salir) Esquema corporal(Ajuste corporal)</p> <p><b>Tema 3:</b> Hábitos y actividades. Convivencia Patrones de movimiento correr, saltar</p> <p><b>Tema 4:</b> Estructuración de Espacio-Oportuno-Demorado Test Sicomotor.</p> <p style="text-align: center;"><b>III UNIDAD</b> <b>Ritmo y movimiento</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Rondas de socialización Cualidades físicas ritmo corporal, coordinación Audio-motriz.</p> <p><b>Tema 2:</b> Destreza elementales(rondas y juegos rítmicos)</p> <p><b>Tema 3:</b> Hábitos y actitudes. (Patrones de movimientos)</p>	
----------------------------------	--	--	---	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>Poseo habilidades y destrezas elementales que me permiten el manejo de implementos y herramientas en actividades recreativas y productivas propias de mi edad.</p>		<p>galopar. <b>Tema 4:</b> Estructuración temporo – Espacial. Acelerar – desacelerar).</p> <p style="text-align: center;"><b>IV UNIDAD Vida en la naturaleza TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Rondas de socialización Cualidades físicas coordinación ojo –mas Equilibrio dinámico. <b>Tema 2:</b> Destrezas elementales. (inicio lanzamiento) Esquema corporal Lateralidad, independencia segmentaría <b>Tema 3:</b> Habito y actitudes Esfuerzo superación y competitividad. Patrones de movimiento galopar y golpear <b>Tema 4:</b> Estructuración temporo-espacial Profundidad. Juegos lúdicos.</p>	
--	---	--	---	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**  
**GRADO: PRIMERO**

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDAR ESPECIFICO</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios en mi contexto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acepto la posibilidad de perder o ganar cuando juego.</li> <li>• Construyo un buen esquema corporal que me proporciona seguridad y estabilidad emocional.</li> <li>• Me esfuerzo por realizar tareas motoras que presentan dificultad.</li> <li>• Adopto normas de nutrición e higiene que favorecen mi crecimiento</li> <li>• Utilizo diversas posibilidades de movimiento y las aplico a través de juegos y ejercicios cotidianos en clase y en mi tiempo libre.</li> <li>• Asumo con responsabilidad las tareas que me asignan.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>PRIMER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b>  <b>Experiencia y conceptos básicos</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Test de entrada  Rondas de socialización.  <b>Tema 2:</b> Conocimiento corporal.  Tensión y relajación global y segmentaria  <b>Tema 3:</b> Equilibrio en las posiciones básicas.  Coordinación dinámica general (Formas básicas de locomoción).  <b>Tema 4:</b> Orientación espacial.  (Identificación. de direcciones Básicas)  Percepción temporal  Concepto de dirección y orden.</p> <p style="text-align: center;"><b>SEGUNDO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>II UNIDAD</b>  <b>Conducta sicomotoras</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>
<b>INTERACCION</b>	Participo y disfruto en las actividades			

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

<b>SOCIAL</b>	recreativas y deportivas realizadas en mi ambiente familiar, escolar y social.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participo con alegría en los juegos y me acojo a la normatividad acordada.</li> <li>• Formo parte activa de grupos artísticos, deportivos o recreativos.</li> <li>• Practico el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>• Aprendo a solucionar por medio del diálogo los conflictos surgidos durante la práctica de actividades lúdicas y recreativas.</li> </ul>	<p align="center"><b>elementales TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Lateralidad. Coordinación Ojo – mano.</p> <p><b>Tema 2:</b> Coordinación ojo- pie. Coordinación fina.</p> <p><b>Tema 3:</b> Ajuste postural. Control corporal.</p> <p><b>Tema 4:</b> Equilibrio en altura. Ludi- Deportes.</p> <p align="center"><b>TERCER PERIODO</b></p> <p align="center"><b>III UNIDAD.</b> <b>Conducta sicomotora elementales.</b> <b>(Combinación temática.) TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Percepción rítmica básica. Equilibrio y percepción rítmica.</p> <p><b>Tema 2:</b> Test sicomotor rítmico. (1) Ludi – Deporte.</p> <p><b>Tema 3:</b> Lateralidad y</p>	
	Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral			

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>de acuerdo a mi fase de desarrollo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalezco las conductas motrices de base que me habilitan para el dominio de fundamentos deportivos.</li> <li>• Identifico y diferencio las relaciones y direcciones espaciales y temporales que mejoran mi orientación.</li> <li>• Demuestro espíritu emprendedor en la aplicación de los patrones fundamentales de movimiento<sup>3</sup>.</li> <li>• Domino los patrones fundamentales de movimiento en un nivel elemental.</li> <li>• Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.</li> <li>• Promuevo manifestaciones culturales propias de mi región</li> </ul>	<p>coordinación.  Oculo- manual.  Lateralidad y coordinación Oculo-  pedica.  <b>Tema 4:</b> Test sicomotor ritmito (2)  Ludi-deporte.</p> <p style="text-align: center;"><b>CUARTO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>IV UNIDAD</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Hacia la proyección espacial.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Independencia funcional de segmentos.  Trayectoria y distancia.  <b>Tema 2:</b> Altura y profundidad.  Direcciones espaciales  <b>Tema 3:</b> Test sicomotor.  Ludi- deporte.  <b>Tema 4:</b> Test sicomotor.  Ludi-deporte.</p>	
--	--	---	---	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

**GRADO: SEGUNDO**

<b>COMPETENCIA</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDAR ESPECIFICO</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios en mi contexto.	<p>Acepto la posibilidad de perder o ganar cuando juego.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construyo un buen esquema corporal que me proporciona seguridad y estabilidad emocional.</li> <li>• Me esfuerzo por realizar tareas motoras que presentan dificultad.</li> <li>• Adopto normas de nutrición e higiene que favorecen mi crecimiento</li> <li>• Utilizo diversas posibilidades de movimiento y las aplico a través de juegos y ejercicios cotidianos en clase y en mi tiempo libre.</li> <li>• Asumo con responsabilidad las tareas que me asignan.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>PRIMER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b>  <b>Integración de Experiencia y conceptos básicos.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámica de integración.  Test de entrada.  <b>Tema 2.</b>Coord. Dinámica gral.  Continuidad y secuencia de movimiento.  Lateralidad.  <b>Tema 3.</b>Coordinación fina  Coordinación ojo- mano.  <b>Tema 4:</b> Test sicomotor No.1  Vivencia de un Ludi-deporte</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> </ul>

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>INTERACCION SOCIAL</b></p>	<p>Participo y disfruto en las actividades recreativas y deportivas realizadas en mi ambiente familiar, escolar y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participo con alegría en los juegos y me acojo a la normatividad acordada.</li> <li>• Formo parte activa de grupos artísticos, deportivos o recreativos.</li> <li>• Practico el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>• Aprendo a solucionar por medio del diálogo los conflictos surgidos durante la práctica de actividades lúdicas y recreativas.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>SEGUNDO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><i>II UNIDAD</i>  <b>Integración de experiencias y conceptos básicos.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámica de socialización.  Coordinación ojo- pie.</p> <p><b>Tema 2:</b> Equilibrio dinámico.  Vivencia de un ludi- deporte</p> <p><b>Tema 3:</b> Conceptos temporo-espacial.  Combinación coordinación y equilibrio</p> <p><b>Tema 4:</b> Test sicomotor No.2  Vivencia de un ludi-deporte..</p> <p style="text-align: center;"><b>TERCER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><i>III UNIDAD</i>  <b>Conductas sicomotora y proyección espacial.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámicas de socialización.  Independencia segmentaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>
----------------------------------	---	--	--	--



**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo a mi fase de desarrollo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalezco las conductas motrices de base que me habilitan para el dominio de fundamentos deportivos.</li> <li>• Identifico y diferencio las relaciones y direcciones espaciales y temporales que mejoran mi orientación.</li> <li>• Demuestro espíritu emprendedor en la aplicación de los patrones fundamentales de movimiento<sup>4</sup>.</li> <li>• Domino los patrones fundamentales de movimiento en un nivel elemental.</li> <li>• Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.</li> <li>• Promuevo manifestaciones culturales propias de mi región</li> </ul>	<p><b>Tema 2.</b> Coord. Ojo – Mano (dirección, distancia, altura). Equilibrio (altura).  <b>Tema 3:</b> Coord. Ojo – pie (dirección, distancia, altura). Percepción rítmica. <b>Tema 3:</b> Coord. Ojo – pie (dirección, distancia, altura). Percepción rítmica.  <b>Tema 4:</b> Test. Sicomotor No. 3. Vivencia de un Ludi- deporte.</p> <p style="text-align: center;"><b>CUARTO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>IV UNIDAD</b>  <b>Conducta sicomotora e iniciación a destreza.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Control respiratorio. Tensión y relajación  Coordinación segmentaria.  <b>Tema 2:</b> Iniciación a la experiencia rítmica. Vivencia de un ludi- deporte.  <b>Tema 3:</b> Conceptos temporo-espacial (Velocidad.)  Combinación Equilibrio y ritmo.  <b>Tema 4:</b> Test sicomotor No.4  Vivencia de un ludi-deporte.</p>	
--	---	---	---	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

**GRADO: TERCERO**

<b>COMPETENCIAS</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDAR ESPECIFICO</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Dispongo de muchas posibilidades de movimiento y las aplico cotidianamente a través de juegos y ejercicios en mi contexto.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acepto la posibilidad de perder o ganar cuando juego.</li> <li>• Construyo un buen esquema corporal que me proporciona seguridad y estabilidad emocional.</li> <li>• Me esfuerzo por realizar tareas motoras que presentan dificultad.</li> <li>• Adopto normas de nutrición e higiene que favorecen mi crecimiento</li> <li>• Utilizo diversas posibilidades de movimiento y las aplico a través de juegos y ejercicios cotidianos en clase y en mi tiempo libre.</li> <li>• Asumo con responsabilidad las tareas que me asignan.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>PRIMER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b> <b>Conductas sicomotora de Base.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámicas de integración. Ubicación temporo-espacial.  <b>Tema 2:</b> Ubicación temporo-espacial con elementos.  <b>Tema 3:</b> Independencia segmentaria.  Equilibrio dinámico.  <b>Tema 4:</b> Aplicación de test sicomotor No.1  Vivencia de un ludi- deporte.</p> <p style="text-align: center;"><b>SEGUNDO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>II UNIDAD</b> <b>Habilidades y destreza con elementos.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Coordinación dinámica.  General(manejo de la sog)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

<p><b>INTERACCION SOCIAL</b></p>	<p>Participo y disfruto en las actividades recreativas y deportivas realizadas en mi ambiente familiar, escolar y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participo con alegría en los juegos y me acojo a la normatividad acordada.</li> <li>• Formo parte activa de grupos artísticos, deportivos o recreativos.</li> <li>• Practico el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>• Aprendo a solucionar por medio del diálogo los conflictos surgidos durante la práctica de actividades lúdicas y recreativas.</li> </ul>	<p><b>Tema 2:</b> Coordinación oculo – manual. Y juegos de pelotas y bastones. <b>Tema 3:</b> Coordinación oculo-pedica y juegos con pelotas y bastones. <b>Tema 4:</b> Test sicomotor (2). Vivencia de un ludi-deporte</p> <p style="text-align: center;"><b>TERCER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>III UNIDAD</b> <b>Altura y profundidad en experiencias atléticas</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Carreras cortas con y sin obstáculos. <b>Tema 2:</b> Salto de distancia y altura <b>Tema 3:</b> Lanzamiento de pelotas. Lanzamiento de Aros. <b>Tema 4:</b> Test sicomotor (3) Ludi- deporte.</p>	
<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>Aplico mis habilidades y destrezas básicas en la práctica de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortalezco las conductas motrices de base que me habilitan para el dominio de fundamentos</li> </ul>		

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

	<p>actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral de acuerdo a mi fase de desarrollo.</p>	<p>deportivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifico y diferencio las relaciones y direcciones espaciales y temporales que mejoran mi orientación.</li> <li>• Demuestro espíritu emprendedor en la aplicación de los patrones fundamentales de movimiento<sup>5</sup>.</li> <li>• Domino los patrones fundamentales de movimiento en un nivel elemental.</li> <li>• Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.</li> <li>• Promuevo manifestaciones culturales propias de mi región</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>CUARTO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>IV UNIDAD</b> <b>Experiencia rítmica e iniciación a la danza.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Expresión rítmica. Ludi- deportes microfútbol.</p> <p><b>Tema 2:</b> Bambuco: Rutina básica Inicio a la mini coreografía. Ludi-deporte – Baloncesto.</p> <p><b>Tema 3:</b> Bambuco: Rutina básica- secuencia coreografía. Ludi- deporte mini.</p> <p><b>Tema 4:</b> Presentación esquema coreografía. Ludi-deporte.</p>	
--	--	---	--	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

**GRADO: CUARTO**

<b>COMPETANCIA</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDARES ESPECIFICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas en mi tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlo mis emociones cuando no logro lo que deseo.</li> <li>• Persisto en alcanzar las metas que me propongo en relación con mi desarrollo físico atlético.</li> <li>• Muestro predisposición y ánimo para la práctica de las actividades físicas.</li> <li>• Consumo una dieta alimenticia que favorece mi desarrollo físico y mental.</li> <li>• Fortalezco las capacidades volitivas a través de actividades predeportivas que me permiten superar adversidades.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>PRIMER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b>  <b>Experiencia básica sobre el triatlón.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámicas de integración. Carrera de persecución.  <b>Tema 2:</b> Velocidad de reacción. Competencia de velocidad  <b>Tema 3:</b> Lanzamientos (pelotas) Saltos (longitud – alta).  <b>Tema 4:</b> Combinación de fundamentos. Vivencia de ludi- deportes</p> <p style="text-align: center;"><b>SEGUNDO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>II UNIDAD</b>  <b>Experiencia Gimnásticas en grupo</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámicas de socialización Ejecución de figuras estáticas individual.  <b>Tema 2:</b> Ejecución de figuras estáticas por parejas. Vivencia de un ludi – deportes.  <b>Tema 3:</b> Ejecución de figuras</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>INTERACCION SOCIAL</b></p>	<p>Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar, escolar y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formo parte de grupos juveniles, artísticos, deportivos o recreativos.</li> <li>• Practico y promuevo el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>• Soluciono por medio del diálogo los conflictos producidos durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.</li> <li>• Respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</li> <li>• Contribuyo con una actitud positiva al mejoramiento del ambiente escolar y familiar.</li> </ul>	<p>dinámicas individuales.  Ejecución de figuras dinámicas por grupos.  <b>Tema 4:</b> Ejecución de la rueda.  Vivencia de un ludi- deporte.</p> <p style="text-align: center;">TERCER PERIODO</p> <p style="text-align: center;"><b>III UNIDAD</b>  <b>Formas jugadas derivadas del Baloncesto.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámicas de socialización.  Formas jugadas sobres pases.  <b>Tema 2:</b> Formas jugadas sobre lanzamientos.  Formas jugadas sobre conducción.  <b>Tema 3:</b> Formas jugadas sobre conducción y lanzamiento.  Formas jugadas sobre conducción y lanzamientos.  <b>Tema 4:</b> Formas jugadas sobre pases y conducción.  Vivencia del juego.</p>	
----------------------------------	--	--	--	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practico los fundamentos básicos de un deporte.</li> <li>• Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.</li> <li>• Ejecuto los patrones fundamentales de movimiento en un nivel de desarrollo maduro.</li> <li>• Me responsabilizo de ciertas actividades laborales propias de mi hogar e institución.</li> <li>• Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>CUARTO PERIODO IV UNIDAD</b></p> <p style="text-align: center;"><b>Formas jugadas sobre el Fútbol. TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Juegos de integración. Formas jugadas sobre pases.</p> <p><b>Tema 2:</b> Formas jugadas sobre conducir. Formas jugadas para aludir.</p> <p><b>Tema 3:</b> Formas jugadas sobre remate. Combinación de pases, conducción y remate.</p> <p><b>Tema 4:</b> Inicio a las reglas elementales. Vivencia del deporte.</p>	
--	--	--	--	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

**GRADO: QUINTO**

<b>COMPETANCIA</b>	<b>ESTANDAR GENERAL</b>	<b>ESTANDARES ESPECIFICOS</b>	<b>CONTENIDOS</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACION</b>
<b>DESARROLLO PERSONAL</b>	Poseo hábitos para la práctica organizada y responsable de actividades físicas en mi tiempo libre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlo mis emociones cuando no logro lo que deseo.</li> <li>• Persisto en alcanzar las metas que me propongo en relación con mi desarrollo físico atlético.</li> <li>• Muestro predisposición y ánimo para la práctica de las actividades físicas.</li> <li>• Consumo una dieta alimenticia que favorece mi desarrollo físico y mental.</li> <li>• Fortalezco las capacidades volitivas a través de actividades predeportivas que me permiten superar adversidades.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>PRIMER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>I UNIDAD</b>  <b>Experiencias básicas sobre carreras de relevos y obstáculos.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Dinámica de introducción. Juegos predeportivos de relevos.  <b>Tema 2:</b> Carrera de relevos. Caminata campo traviesa.  <b>Tema 3:</b> Saltos con bastones- Aros. Saltos con sogas.  <b>Tema 4:</b> Carrera de obstáculos. Vivencia ludi- deportiva.</p> <p style="text-align: center;"><b>SEGUNDO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>II UNIDAD</b>  <b>Formas jugadas derivadas del voleibol.</b>  <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Juegos de integraciones. Formas jugadas sobre el saque.  <b>Tema 2:</b> Formas jugadas sobre el antebrazo. Vivencia del juego.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación activa, creativa y constante durante las clases.</li> <li>• Respeto por los compañeros y reglas de juego.</li> <li>• Puntualidad, disciplina y porte decoroso del uniforme.</li> <li>• Cuidado y conservación de los elementos de trabajo y escenarios deportivos</li> <li>• Asimilación e Interpretación de algunos elementos teóricos deportivos</li> <li>• Ejecución apropiada de gestos atléticos deportivos.</li> <li>• Disciplina y colaboración en el desarrollo y organización de las clases.</li> </ul>



**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”  
BARAYA- HUILA  
2010**

<p><b>INTERACCION SOCIAL</b></p>	<p>Lidero la organización informal de actividades lúdicas, deportivas y recreativas en mi ambiente familiar, escolar y social.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formo parte de grupos juveniles, artísticos, deportivos o recreativos.</li> <li>• Practico y promuevo el juego limpio con niños y niñas de mi edad.</li> <li>• Soluciono por medio del diálogo los conflictos producidos durante la práctica de actividades lúdicas, recreativas y deportivas.</li> <li>• Respeto las normas de juego y contribuyo a la creación de nuevas normas.</li> <li>• Contribuyo con una actitud positiva al mejoramiento del ambiente escolar y familiar.</li> </ul>	<p><b>Tema 3:</b> Inicio a las reglas elementales. Juego derivado de la volea. <b>Tema 4:</b> Combinación Antebrazo-volea. Vivencia del juego.</p> <p style="text-align: center;"><b>TERCER PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>III UNIDAD</b> <b>Formas jugadas derivadas del balón-mano.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p> <p><b>Tema 1:</b> Juegos de integración Combinación de pases y recepción <b>Tema 2:</b> Coordinación de Dribling. Lanzamiento a portería. <b>Tema 3:</b> Movimiento al portero Formas jugadas sobre pase y lanzamiento <b>Tema 4:</b> Inicio a las reglas elementales. Vivencia del juego.</p> <p style="text-align: center;"><b>CUARTO PERIODO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>IV UNIDAD</b> <b>Expresión rítmica e iniciación al San Juanero.</b> <b>TEMAS Y SUBTEMAS</b></p>	
----------------------------------	--	--	--	--

**INSTITUCION EDUCATIVA “ANTONIO BARAYA”**  
**BARAYA- HUILA**  
**2010**

<p><b>DESARROLLO DE LA PRODUCTIVIDAD</b></p>	<p>Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practico los fundamentos básicos de un deporte.</li> <li>• Ejecuto las rutinas básicas de un baile típico de mi región.</li> <li>• Ejecuto los patrones fundamentales de movimiento en un nivel de desarrollo maduro.</li> <li>• Me responsabilizo de ciertas actividades laborales propias de mi hogar e institución.</li> <li>• Manejo las habilidades y destrezas básicas que permiten integrarme productivamente en la práctica de actividades de carácter deportivo, recreativo y laboral propias de mi edad.</li> </ul>	<p><b>Tema 1:</b> Aeróbicos Actividades recreativas rítmicas.  <b>Tema 2:</b> Rutina básica Mecanización: entrada y ochos.  <b>Tema 3:</b> Mecanización coqueteos – pañuelos y arrodillada. Mecanización levantada y quitada de sombrero.  <b>Tema 4:</b> Mecanización: ochos, secreto perseguido y abrazo final. Vivencia del Baile.</p>	
--	--	--	---	--