

| | | | | | |
|--|----------------|---|--|------------|-----|
| GRADO: SEPTIMO | | ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES | | PERIODO: I | |
| PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo influye el conocimiento de tu esquema corporal en la mejora de tus habilidades motrices básicas y en la realización de movimientos más precisos y coordinados en actividades deportivas y cotidianas? | | | | | |
| Descripción del núcleo temático: Este núcleo temático busca que los estudiantes reconozcan su esquema corporal como base para el desarrollo de habilidades motrices básicas (correr, saltar, lanzar, atrapar, entre otras). Se pretende fortalecer la conciencia corporal, la coordinación, el equilibrio y la precisión, promoviendo la mejora de las capacidades físicas y la integración de estas habilidades en actividades recreativas, deportivas y cotidianas. | | | | | |
| ESTANDARES | | NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO) | CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS) | | |
| <ul style="list-style-type: none">Reconocer las partes del cuerpo y su función en la ejecución de movimientos básicos.Ejecutar habilidades motrices básicas de forma coordinada y controlada en actividades individuales y grupales.Participar en juegos y actividades físicas respetando las reglas y demostrando disposición para trabajar en equipo.Relacionar las habilidades motrices con la mejora de la salud y el desempeño en diferentes contextos. | | UNIDAD #01 Esquema Corporal y Habilidades Motrices Básicas | CONTENIDOS DEL TEMA: <ul style="list-style-type: none">Concepto y componentes del esquema corporal: control postural, lateralidad, segmentación, y coordinación.Relación entre el esquema corporal y el desarrollo motriz.Clasificación: locomotrices (correr, caminar, saltar), manipulativas (lanzar, atrapar, patear) y no locomotrices (girar, balancearse).Ejercicios y actividades para mejorar la coordinación, el equilibrio, y la fuerzaImportancia de las habilidades motrices básicas en actividades deportivas y recreativas. | | |
| COMPETENCIAS DEL AREA | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none">Competencia Corporal: Desarrollar y aplicar habilidades motrices básicas y complejas en la práctica de diferentes juegos y actividades físicas, favoreciendo la autonomía y la confianza en sus capacidades físicas y motrices.Competencia Afectiva: reconocer la importancia de la actividad física para la salud, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales, promoviendo actitudes de respeto, cooperación, y trabajo en equipo.Competencia Cognitiva: comprender y aplicar las normas básicas de los juegos y deportes, así como las estrategias que favorecen la participación activa y el respeto en las actividades físicas, tanto individuales como grupales.Competencia Ética: adoptar actitudes de respeto, responsabilidad y justicia en los diferentes espacios de práctica deportiva, valorando la diversidad de habilidades y la inclusión en las actividades físicas. | | | | | |
| COMPETENCIAS | | | INDICADORES DE DESEMPEÑO | | |
| ARGUMENTATIVA | INTERPRETATIVA | PROPOSITIVA | SABER | HACER | SER |

| | | | | | | |
|--|---|--|---|---|--|---|
| Explica la importancia del esquema corporal y las habilidades motrices básicas en el desarrollo físico, deportivo y cotidiano, sustentando cómo contribuyen a la mejora de la salud y el desempeño. | | Analizar las partes de su cuerpo y su función en el desarrollo de habilidades motrices básicas, reconociendo cómo influyen en el equilibrio y la coordinación. | Diseñar y proponer actividades físicas o juegos que integren habilidades motrices básicas y fomenten la participación activa y equitativa entre sus compañeros. | Argumenta cómo las habilidades motrices básicas contribuyen al desarrollo físico y propone ejemplos prácticos de su aplicación en actividades deportivas. | Identifica y describe las partes del cuerpo involucradas en movimientos específicos y explica su función en ejercicios locomotrices y manipulativos. | Propone activamente en actividades grupales demostrando control, coordinación y actitud colaborativa. |
| | | | | | | |
| GRADO: SEPTIMO | ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES | | | PERIODO: II | | |
| | | | | | | |
| PREGUNTA PROBLEMATIZADORA: ¿Cómo puede el desarrollo de habilidades gimnásticas básicas ayudarte a mejorar el control de tu cuerpo, superar retos físicos y expresarte de manera creativa a través del movimiento? ¿Cómo desarrollo mis habilidades, Gimnásticas básicas? | | | | | | |
| Descripción del núcleo temático: Este núcleo busca que los estudiantes desarrollen las habilidades gimnásticas básicas como base para el control corporal, la coordinación y la expresión motriz, a través de ejercicios y secuencias gimnásticas, se fomenta el fortalecimiento físico, la conciencia corporal y la seguridad en la ejecución de movimientos, promoviendo el trabajo individual y en equipo en un ambiente de respeto y superación personal. | | | | | | |
| ESTANDARES | | | NUCLEOS TEMATICOS (MÓDULO) | CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS) | | |
| <ul style="list-style-type: none">Ejecutar movimientos gimnásticos básicos con control, fluidez y coordinación.Crear y ejecutar secuencias gimnásticas simples, aplicando técnicas aprendidas.Participar activamente en actividades gimnásticas, respetando las normas de seguridad y mostrando compromiso personal.Reconocer la importancia de las habilidades gimnásticas en el desarrollo de capacidades físicas como la fuerza y la flexibilidad. | | | UNIDAD #02 | CONTENIDOS DEL TEMA: <ul style="list-style-type: none">Definición e importancia de las habilidades gimnásticas en el desarrollo físico.Elementos básicos: fuerza, flexibilidad, equilibrio, coordinación y ritmo.Rodadas (hacia adelante y hacia atrás). | | |
| COMPETENCIAS DEL AREA | | | Habilidades Gimnásticas | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Competencia Corporal: Desarrollar y aplicar habilidades motrices básicas y complejas en la práctica de diferentes juegos y actividades físicas, favoreciendo la autonomía y la confianza en sus capacidades físicas y motrices.• Competencia Afectiva: reconocer la importancia de la actividad física para la salud, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales, promoviendo actitudes de respeto, cooperación, y trabajo en equipo.• Competencia Cognitiva: comprender y aplicar las normas básicas de los juegos y deportes, así como las estrategias que favorecen la participación activa y el respeto en las actividades físicas, tanto individuales como grupales.• Competencia Ética: adoptar actitudes de respeto, responsabilidad y justicia en los diferentes espacios de práctica deportiva, valorando la diversidad de habilidades y la inclusión en las actividades físicas. | | | | <ul style="list-style-type: none">• Equilibrios básicos (sobre una pierna, en puntas, con apoyo en manos).• Posturas iniciales y finales para movimientos específicos.• Técnicas para asegurar un movimiento controlado y seguro. | |
| COMPETENCIAS | | | INDICADORES DE DESEMPEÑO | | |
| ARGUMENTATIVA | INTERPRETATIVA | PROPOSITIVA | SABER | HACER | SER |
| Explicar la importancia de las habilidades gimnásticas en el fortalecimiento del esquema corporal y el desarrollo de capacidades físicas, sustentando cómo estas impactan el desempeño deportivo y cotidiano. | Analizar los componentes de un movimiento gimnástico básico, identificando su propósito y la importancia del control corporal en su ejecución. | Diseñar y ejecutar secuencias gimnásticas simples, combinando movimientos básicos con creatividad y precisión, adaptándolos a sus capacidades y al espacio disponible. | Identifica las características de los movimientos gimnásticos básicos y explica los pasos para su correcta ejecución. | Ejecuta rodadas hacia adelante y hacia atrás, equilibrios básicos y saltos simples con control y precisión. | Participa activamente en actividades gimnásticas, mostrando respeto por sus compañeros y compromiso con su propio aprendizaje. |
| | | | | | |
| GRADO: SEPTIMO | ÁREA: EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES | | PERIODO: III | | |
| PREGUNTA PROBLEMATIZADORA ¿C ó m o influye la clasificación de los deportes (individuales, colectivos, de equipo, de combate, etc.) en la elección de las habilidades que necesitas desarrollar y en el tipo de estrategias que utilizas durante la práctica o competencia? | | | | | |
| Descripción del núcleo temático: Este núcleo temático tiene como objetivo que los estudiantes comprendan las diferencias y similitudes entre los deportes de conjunto e individuales, y cómo estas características influyen en el desarrollo de habilidades físicas y sociales. A través de la práctica de ambos tipos de deportes, se fomenta la colaboración, el respeto, la competitividad sana y el autoconocimiento, permitiendo a los estudiantes identificar sus fortalezas y áreas de mejora tanto en actividades grupales como en individuales. | | | | | |
| ESTANDARES | | NUCLEOS TEMATICOS (MÓDULO) | CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS) | | |

| El propósito de este núcleo temático es que los estudiantes comprendan la clasificación de los juegos según sus características y finalidades, reconociendo su valor educativo y recreativo. A través de la práctica de diferentes tipos de juegos, los estudiantes desarrollarán habilidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales, mejorando su capacidad para trabajar en equipo, respetar normas y fortalecer su creatividad y resolución de problemas en diversos contextos. | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|
| ESTANDARES | | | NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO) | CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS) | |
| <ul style="list-style-type: none">Comprender el propósito de las reglas en el juego para promover la convivencia y la equidad.Reconocer las características de diferentes tipos de juegos (colectivos, individuales, competitivos, cooperativos, tradicionales, y de integración).Participar activamente en juegos aplicando estrategias básicas y movimientos específicos con control y precisión.Adaptar movimientos motrices según las características del espacio, el equipo y las reglas del juego.Mejorar la coordinación, el equilibrio y la agilidad a través de prácticas lúdicas. | | | UNIDAD#04 Juegos: tradicionales, cooperativos, y competitivos. | CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA: <ul style="list-style-type: none">Clasificación de juegos: tradicionales, cooperativos, y competitivos.Reglas y su aplicación en el juego.Valores deportivos: respeto, responsabilidad y compañerismo.Adaptación de juegos para incluir a todos los participantes. | |
| COMPETENCIAS DEL AREA | | | | JUEGOS <ul style="list-style-type: none">TradicionalesCallejerosCooperativoscompetitivos | |
| <ul style="list-style-type: none">Competencia Corporal: Desarrollar y aplicar habilidades motrices básicas y complejas en la práctica de diferentes juegos, deportes, actividades físicas favoreciendo la autonomía y la confianza en sus capacidades físicas y motrices.Competencia Afectiva: reconocer la importancia de la actividad física para la salud, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales, promoviendo actitudes de respeto, cooperación, y trabajo en equipo.Competencia Cognitiva: comprender y aplicar las normas básicas de los juegos y deportes, así como las estrategias que favorecen la participación activa y el respeto en las actividades físicas, tanto individuales como grupales.Competencia Ética: adoptar actitudes de respeto, responsabilidad y justicia en los diferentes espacios de práctica deportiva, valorando la diversidad de habilidades y la inclusión en las actividades físicas. | | | | | |
| COMPETENCIAS | | | INDICADORES DE DESEMPEÑO | | |
| ARGUMENTATIVA | INTERPRETATIVA | PROPOSITIVA | SABER | HACER | SER |
| Explicar las diferencias y similitudes entre juegos cooperativos y competitivos, destacando cómo estos impactan las dinámicas sociales y los valores promovidos. | Identificar y clasificar diferentes tipos de juegos (tradicionales, cooperativos, competitivos, recreativos) según sus características, reglas y objetivos. | Proponer adaptaciones en los juegos para incluir a todos los participantes, respetando sus habilidades y necesidades específicas. | Identifica y explica las reglas básicas de diferentes juegos trabajados en clase. | Participa activamente en juegos grupales respetando las reglas y a los compañeros. | Demuestra comportamientos de inclusión y respeto en actividades lúdicas. |