

# Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO



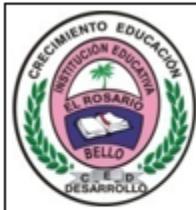
## MALLA CURRICULAR 2025

Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	CUARTO
-------	--	-------------	------------------	-------	--------

GRADO: CUARTO	ÁREA: EDUCACION FISICA , RECREACION Y DEPORTES	DOCENTE: DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA	PERIODO: I	AÑO: 2025
---------------	--	--------------------------------------	------------	-----------

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cuáles son mis posibilidades de movimiento para la práctica de las actividades deportivas teniendo en cuenta la ergonomía e higiene corporal?

ESTANDARES		NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO)	CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Valora la actividad motriz como eje fundamental de su desarrollo corporal, practicando las actividades atléticas como medio para el desarrollo de las habilidades motrices básicas</li> <li>Realiza en forma secuencial ejercicios gimnásticos para adquirir potencialidad en el desarrollo de Las capacidades físicas.</li> <li>Refuerza los conceptos de las capacidades coordinativas a través de la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</li> </ul>		<p><b>UNIDAD #01</b></p> <p><b>Reconozco mi esquema corporal, y sus formas de movimiento</b></p>	<p><b>CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollo de Competencias Motrices</li> <li>Valores y Actitudes en la Práctica Deportiva</li> <li>Diversidad de Actividades Físicas y Deportivas</li> <li>Desarrollo de la Condición Física y la Salud</li> <li>Adaptación a la Diversidad</li> <li>Relación con Otras Áreas del Conocimiento</li> <li>Ética y Respeto por el Entorno</li> </ul>		
<p><b>COMPETENCIAS DEL AREA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Competencia Corporal:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Afectiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Cognitiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Ética:</b> 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.</li> </ul>					
<b>COMPETENCIAS</b>			<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>		
ARGUMENTATIVA	INTERPRETATIVA	PROPOSITIVA	SABER	HACER	SER



# Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO



## MALLA CURRICULAR 2025

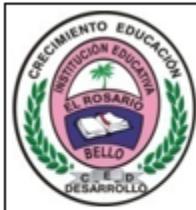
Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	CUARTO
-------	--	-------------	------------------	-------	--------

Explicar cómo las actividades físicas realizadas en clase contribuyen al desarrollo de habilidades motrices y al fortalecimiento del cuerpo, relacionando los beneficios con el cuidado de la salud."	Interpretar las reglas y objetivos de los juegos o deportes practicados, comprendiendo cómo estas contribuyen a la cooperación, el respeto y el trabajo en equipo en el contexto de la actividad física.	Proponer estrategias o actividades físicas que permitan mejorar las habilidades motrices personales, considerando las preferencias y necesidades de cada estudiante, para promover una participación activa divertida en clase.	-Lidera actividades recreativas y deportivas. -Coordina patrones básicos de movimientos y conservar su equilibrio en la ejecución De ellos.	Desarrolla movimientos de agilidad y habilidad con pelotas, bastones, cuerdas y otros.	Muestra distintas calidades demovimiento acordes con las exigencias de adecuación del tono muscular y con el espacio-tiempo.

GRADO: CUARTO	ÁREA: EDUCACION FISICA , RECREACION Y DEPORTES	DOCENTE: DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA	PERIODO: II	AÑO: 2025
---------------	--	--------------------------------------	-------------	-----------

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:** ¿Cómo desarrollo mishabilidades, Gimnásticas básicas?

ESTANDARES	NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO)	CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS)
<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar los movimientos fundamentales de la gimnasia, como giros, equilibrios, saltos y desplazamientos.</li> <li>Reconocer la importancia de la flexibilidad, fuerza y coordinación en la ejecución de habilidades gimnásticas.</li> <li>Realizar movimientos gimnásticos como rodadas (hacia adelante y hacia atrás), equilibrios simples (sobre una pierna o en puntos específicos) y saltos básicos con control.</li> <li>Combinar movimientos gimnásticos en secuencias sencillas, demostrando coordinación y fluidez.</li> <li>Mejorar la flexibilidad mediante ejercicios dirigidos a estiramientos específicos.</li> <li>Respetar las capacidades individuales y fomentar un ambiente de apoyo mutuo.</li> </ul>	<p><b>UNIDAD #02</b></p> <p><b>Desarrollo mis habilidades Gimnásticas Básicas</b></p>	<p><b>CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El uso del espacio</li> <li>- Postura corporal en movimientos básicos</li> <li>- Técnicas básicas de desplazamiento</li> <li>- La importancia del calentamiento</li> <li>- Equilibrio sobre superficies horizontales y verticales:</li> <li>- Posturas de equilibrio</li> <li>- Acrobacias sencillas:</li> <li>- Trabajo en equipo para el apoyo en movimientos gimnásticos:</li> </ul>
<b>COMPETENCIAS DEL AREA</b>		



# Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO



## MALLA CURRICULAR 2025

Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	CUARTO
-------	--	-------------	------------------	-------	--------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Competencia Corporal:</b> 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.</li> <li>• <b>Competencia Afectiva:</b> 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.</li> <li>• <b>Competencia Cognitiva:</b> 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.</li> <li>• <b>Competencia Ética:</b> 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.</li> </ul>		
---	--	--

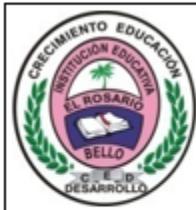
COMPETENCIAS			INDICADORES DE DESEMPEÑO		
--------------	--	--	--------------------------	--	--

ARGUMENTATIVA	INTERPRETATIVA	PROPOSITIVA	SABER	HACER	SER
Argumenta la importancia de las habilidades gimnásticas en su desarrollo físico y emocional, integrando sus aprendizajes en el contexto del cuidado del cuerpo y el trabajo en equipo.	Interpreta los movimientos y secuencias gimnásticas en función de su propia capacidad motriz, reconociendo los elementos fundamentales de la técnica, el ritmo y la seguridad en la práctica.	Propone y adapta secuencias gimnásticas de manera creativa, desarrollando su capacidad para organizar movimientos y experimentar con diferentes combinaciones que potencien su expresión corporal.	Explica de manera clara cómo las habilidades gimnásticas (como el salto, el equilibrio y las acrobacias) favorecen su salud y su capacidad de concentración.	Realiza secuencia de movimientos gimnásticos, combinando saltos, giros y equilibrios en una rutina fácil.	Reconoce errores en su propia ejecución y puede sugerir ajustes para mejorar la técnica.

GRADO: CUARTO	ÁREA: EDUCACION FISICA , RECREACION Y DEPORTES	DOCENTE: DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA	PERIODO: III	AÑO: 2025
---------------	--	--------------------------------------	--------------	-----------

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA** ¿Por qué es importante aprender y practicar deportes en equipo e individuales, y cómo pueden estos mejorar nuestras relaciones con los demás?

ESTANDARES	NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO)	CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS)
------------	----------------------------	------------------------------------



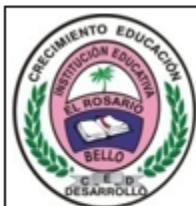
# Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO



## MALLA CURRICULAR 2025

Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	CUARTO
-------	--	-------------	------------------	-------	--------

<ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar y describir las reglas fundamentales de al menos dos deportes colectivos (ejemplo: fútbol y baloncesto) y un deporte individual (ejemplo: atletismo)</li> <li>Explicar el propósito de las reglas en los deportes y cómo estas promueven el respeto y la equidad.</li> <li>Describir las técnicas fundamentales para ejecutar acciones propias de los deportes seleccionados, como pases, lanzamientos o carreras.</li> <li>Participar de manera cooperativa en actividades grupales, respetando las opiniones y habilidades de los demás.</li> <li>Resolver conflictos durante los juegos o prácticas mediante el diálogo y el cumplimiento de las reglas.</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>UNIDAD#03</b></p> <p style="text-align: center;">Prácticas de los Deportes, reglas y técnicas</p>	<p style="text-align: center;"><b>CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA :</b></p> <p><b>Deportes Colectivos (Fútbol, Baloncesto y Voleibol)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas básicas de los deportes.</li> <li>Técnicas de pase, recepción y control del balón.</li> <li>Posicionamiento en el campo de juego (defensa, ataque, medio campo).</li> <li>Técnicas de pase, dribbling y lanzamiento al aro.</li> <li>Posicionamiento en el campo: roles y estrategias en el juego.</li> <li>La importancia de la cooperación y el trabajo en equipo.</li> <li>Técnicas de pase (manos altas y bajas), recepción, y saque.</li> <li>Posicionamiento de los jugadores en la cancha.</li> <li>Trabajo en equipo en un deporte con interacciones rápidas y cooperativas.</li> </ul> <p><b>Deportes Individuales (Atletismo y gimnasia)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas y técnicas</li> </ul>			
<p style="text-align: center;"><b>COMPETENCIAS DEL AREA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Competencia Corporal:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Afectiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Cognitiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Ética:</b> 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.</li> </ul>					
<p style="text-align: center;"><b>COMPETENCIAS</b></p>		<p style="text-align: center;"><b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b></p>			
<p style="text-align: center;"><b>ARGUMENTATIVA</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>INTERPRETATIVA</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>PROPOSITIVA</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>SABER</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>HACER</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>SER</b></p>
<p>Argumentar sobre la importancia de los deportes en la vida cotidiana, reconociendo sus beneficios para la salud y el bienestar social, y justificando el valor del trabajo en equipo y el respeto por las reglas.</p>	<p>Interpretar las reglas y estrategias de los deportes que practica, aplicándolas correctamente durante el juego y reflexionando sobre su desempeño para mejorar su ejecución.</p>	<p>Adaptar estrategias, reglas y dinámicas de los deportes para mejorar la participación, la inclusión y el trabajo en equipo, promoviendo un ambiente deportivo saludable y cooperativo.</p>	<p>Argumenta sobre la importancia de la práctica de los deportes en su vida cotidiana, en el desarrollo físico, emocional y social.</p>	<p>Participa en la creación de estrategias o juegos modificados que fomenten la inclusión y el trabajo en equipo en el contexto de los dtivo</p>	<p>Comprende las reglas y principios básicos de los deportes que practica, aplicándolos adecuadamente durante la ejecución de los mismos.</p>



# Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO



## MALLA CURRICULAR 2025

Área:	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	Asignatura:	EDUCACIÓN FÍSICA	GRADO	CUARTO
-------	--	-------------	------------------	-------	--------

GRADO: CUARTO	ÁREA: EDUCACION FISICA , RECREACION Y DEPORTES	DOCENTE: DURLEY MARIA MENDEZ BARRERA	PERIODO: IIII	AÑO: 2025
---------------	--	--------------------------------------	---------------	-----------

**PREGUNTA PROBLEMATIZADORA** ¿Por qué es importante aprender y practicar deportes en equipo e individuales, y cómo pueden estos mejorar nuestras relaciones con los demás y nuestra salud física y mental?

ESTANDARES		NÚCLEOS TEMÁTICOS (MÓDULO)	CONTENIDOS (UNIDADES O SECUENCIAS)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Valora la actividad motriz como eje fundamental de su desarrollo corporal, practicando las actividades atléticas como medio para el desarrollo de las habilidades motrices básicas</li> <li>Realiza en forma secuencial ejercicios gimnásticos para adquirir potencialidad en el desarrollo de Las capacidades físicas.</li> <li>Refuerza los conceptos de las capacidades coordinativas a través de la práctica de formas jugadas de las expresiones motrices.</li> </ul>		<p><b>UNIDAD#04</b></p> <p>Prácticas de los Deportes, reglas y técnicas</p>	<p><b>CONTENIDOS DE LA EDUCACION FISICA:</b></p> <p><b>Deportes Colectivos (Fútbol, Baloncesto y Voleibol)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas básicas de los deportes.</li> <li>Técnicas de pase, recepción y control del balón.</li> <li>Posicionamiento en el campo de juego (defensa, ataque, medio campo).</li> <li>Técnicas de pase, dribbling y lanzamiento al aro.</li> <li>Posicionamiento en el campo: roles y estrategias en el juego.</li> <li>La importancia de la cooperación y el trabajo en equipo.</li> <li>Técnicas de pase (manos altas y bajas), recepción, y saque.</li> <li>Posicionamiento de los jugadores en la cancha.</li> <li>Trabajo en equipo en un deporte con interacciones rápidas y cooperativas.</li> </ul> <p><b>Deportes Individuales (Atletismo y gimnasia)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas y técnicas</li> </ul>		
<p><b>COMPETENCIAS DEL AREA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Competencia Corporal:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Afectiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Cognitiva:</b> 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.</li> <li><b>Competencia Ética:</b> 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.</li> </ul>			<p><b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b></p>		
<b>ARGUMENTATIVA</b>	<b>INTERPRETATIVA</b>	<b>PROPOSITIVA</b>	<b>SABER</b>	<b>HACER</b>	<b>SER</b>
Argumentar sobre la importancia de los deportes en la vida cotidiana, reconociendo sus beneficios para la	Interpretar las reglas y estrategias de los deportes que practica, aplicándolas correctamente durante el juego y	Adaptar estrategias, reglas y dinámicas de los deportes para mejorar la participación, la inclusión y el trabajo en	Argumenta sobre la importancia de la práctica de los deportes en su vida	Participa en la creación de estrategias o juegos modificados que	Comprende las reglas y principios básicos de los deportes que practica,

	<h1>Institución Educativa EL ROSARIO DE BELLO</h1>				
	<h2>MALLA CURRICULAR 2025</h2>				
<b>Área:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES</b>	<b>Asignatura:</b>	<b>EDUCACIÓN FÍSICA</b>	<b>GRADO</b>	<b>CUARTO</b>

<p>salud y el bienestar social, y justificando el valor del trabajo en equipo y el respeto por las reglas.</p>	<p>reflexionando sobre su desempeño para mejorar su ejecución.</p>	<p>equipo, promoviendo un ambiente deportivo saludable y cooperativo.</p>	<p>cotidiana, en el desarrollo físico, emocional y social.</p>	<p>fomenten la inclusión y el trabajo en equipo en el contexto de los deportes.</p>	<p>aplicándolos adecuadamente durante la ejecución de los mismos.</p>
--	--	---	--	---	---