




Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

NOMBRE DEL PROYECTO: LES JEUX OLYMPIQUES 2024		
NIVEL: Bachillerato	CURSO Y SECCIÓN: Undécimo	DOCENTE/S RESPONSABLE/S: Giovanny Ardila / Melisa Narváez / Sara Luna / Jeneiry Maldonado / Natalia Ramírez.
DURACIÓN	COMPETENCIAS CLAVES: Comprende la importancia de la actividad física y el cuidado corporal mediante pruebas físicas, actividades de planeación de entrenamiento, juegos y conciencia de la buena alimentación lo cual contribuye a con el desempeño adecuado en su diario vivir fortaleciendo las relaciones grupales fomentando la empatía y el trabajo en equipo.	
Desde: 17 de enero Hasta: 19 de abril	ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE: Capacidades físicas - Lenguaje corporal - Ritmo - Coordinación general y segmentaria - Lateralidad – Alimentación - Autoestima - Habilidades motrices básicas de locomoción y manipulación - Tareas motrices - Actividad física – test físicos.	
¿CUÁLES SON LOS APRENDIZAJES INTEGRALES QUE ESPERAMOS? Competencia motriz Desarrollo motor 1. Planifico el mejoramiento de mi condición	 COMPETENCIAS TERESIANAS	¿QUÉ ESCENARIO Y PROBLEMA SE PIENSA RESOLVER? ¿Cómo a través pruebas físicas y actividades teórico practicas se concientiza y comprende la


Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

<p>física a partir de la actualización de mi ficha de evaluación.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Decido sobre los procedimientos y actividades de calentamiento y recuperación y los aplico. 3. Aplico en mi vida cotidiana prácticas de actividad física y hábitos saludables 4. Conformo equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos. 5. Oriento el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de mis compañeros, en situaciones de juego y actividad física. 6. Organizo mi plan de actividad física, de acuerdo con mis intereses y concepción sobre salud y calidad de vida 	<p>CB2: Competencia relacional, comunicativa y social. CB5: Aprender a aprender y metacognición.</p> <p style="text-align: center;">¿QUÉ APRENDER DESDE?</p> <p>Conceptual/Declarativos: Capacidades físicas - Lenguaje corporal - Ritmo - Coordinación general y segmentaria - Lateralidad – Alimentación - Autoestima - Habilidades motrices básicas de locomoción y manipulación - Tareas motrices - Actividad física – test físicos.</p> <p>Procedimental: Prácticas en espacios verdes, campos deportivos, circuitos motrices, prácticas experienciales, juegos y creación de ejercicios.</p> <p>Actitudinal: Participación en clase - Motivación en las actividades - Seguimiento de instrucciones - Respeto por el docente y sus compañeros - Trabajo en equipo - Colaboración.</p>	<p>importancia la actividad física poniéndola en práctica en el ambiente escolar, al igual que la creación del evento LES JEUX OLYMPIQUES 2024 ?</p>
ROL DEL ESTUDIANTE: Entrenando ando		


Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

<p>DESAFÍO: Interpreta a través de una coreografía dancística, de un ejercicio rítmico corporal y por medio de una obra de arte, un esquema alusivo al país correspondiente, aplicando los movimientos técnicos corporales, musicales y artístico plástico, dentro de una puesta en escena deportiva, proponiendo y argumentando creativamente sus ideas dentro de un trabajo en equipo, siendo empático y respetuoso con las docentes y compañeros que participan en el desarrollo del mismo.</p>	<p>PRODUCTO FINAL:</p> <p>Esquema, marcha, escuadrón y presentación del país y deporte correspondiente en la Inauguración de Juegos “Les Jeux Olympiques.”</p>	<p>DIFUSIÓN DEL PRODUCTO FINAL</p> <p>Puesta en escena de la presentación artística-deportiva del proyecto Les Jeux Olympiques.</p>
---	--	--

NIVELES DE DESEMPEÑO			
SUPERIOR	ALTO	BÁSICO	BAJO
El estudiante modifica o afianza sus nociones sobre la importancia de sus hábitos saludables aplicándolos en la clase y en su vida diaria, de igual forma colaborando con personal cercano para guiar, aconsejar y suministrar un plan de cambios esenciales y	El estudiante integra hábitos saludables aplicándolos en la clase, de igual forma colaborando con personal cercano para guiar y suministrar un plan de cambios esenciales y así contribuir para una vida sana de dichas personas. En el proceso de cambio propio, indagación,	El estudiante emplea nociones de hábitos saludables en la clase y contribuye con personal cercano con una guía y consejos para mejorar hábitos contribuyendo para una vida sana de dichas personas. En el proceso de cambio propio, indagación,	El estudiante muestra dificultades para seguir instrucciones y concientizarse sobre la importancia de sus hábitos que podrían contribuir a su vida diaria en cuento a salud tanto física como mental, igualmente en la actividad

Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

<p>así contribuir para una vida sana de dichas personas. En el proceso de cambio propio, indagación, concientización, creación de plan y socialización del mismo el estudiante adquiere o fortalece su motricidad y capacidades físicas básicas lo cual mejora su autoestima y relación con los demás compañeros.</p> <p>Participa activamente en clase y en las actividades propuestas para el desarrollo del Les Jeux Olympiques, sigue instrucciones y es respetuoso con sus compañeros y docente.</p>	<p>concientización, creación de plan y socialización del mismo el estudiante entiende la importancia de mejorar su motricidad y capacidades físicas básicas, muestra en el proceso una buena relación con sus compañeros</p> <p>Participa activamente en clase y en las actividades propuestas para el desarrollo del Les Jeux Olympiques, sigue instrucciones y es respetuoso con sus compañeros y docente.</p> <p>Ha tenido alguna falla con uniforme, vocabulario o uso excesivo de dispositivos electrónicos.</p>	<p>concientización, creación de plan y socialización del mismo el estudiante entiende la importancia de mejorar su motricidad y capacidades físicas básicas, muestra en el proceso una buena relación con sus compañeros</p> <p>Participa activamente en clase y en las actividades propuestas para el desarrollo del Les Jeux Olympiques, sigue instrucciones y es respetuoso con sus compañeros y docente.</p> <p>Ha tenido alguna falla con uniforme, vocabulario o uso excesivo de dispositivos electrónicos.</p>	<p>de colaboración con personal cercano para guiar, aconsejar y suministrar un plan de cambios esenciales demostró dificultad y poca actitud positiva en ello.</p> <p>Muestra poca participación en las actividades propuestas para el desarrollo del Les Jeux Olympiques, le cuesta seguir instrucciones y los acuerdos establecidos en clase.</p> <p>Ha tenido alguna falla con uniforme, vocabulario o uso excesivo de dispositivos electrónicos.</p>
---	---	---	--

Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

		Participa en clase y en las actividades propuestas para el desarrollo del Les Jeux Olympiques, , sigue instrucciones y es respetuoso con sus compañeros y docente.	
--	--	--	--

SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN


HITO 1: Activando motores.

Tiempo de ejecución: desde Ciclo 1 hasta Ciclo 3

Criterio: Modificar el pensamiento respecto a la importancia, necesidad y beneficios de la actividad física en su vida diaria teniendo como base la iniciación de cambios de hábitos y la activación corporal en el ámbito educativo.

TAREA: Identifica su estado físico después del receso de fin de año y es crítico con el mismo entendiendo los cambios que debe adoptar para evidenciar una mejoría

- 1.1 Saludo, normas de la clase, explicación de los que se hará durante el trimestre
- 1.2 Calentamiento teniendo como base actividades de coordinación básicas de motricidad gruesa
- 1.3 Test de resistencia “leger” para medir rendimiento cardiovascular
- 1.4 Reflexión sobre estado físico y proyección en el ámbito educativo no solo en clase.
- 1.5 Juego de congelados bajo tierra (trabajo en equipo, cooperación y solidaridad)
- 1.6 Circuito físico full body con intensidad media y utilización de elementos (cargas adicionales).
- 1.7 Juego de práctica para inter cursos de ponchados

Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

- 1.8 Juego de balón mano que fortalece el trabajo en equipo y fortalece la movilización además de la coordinación viso manual.
- 1.9 Revisión de uniforme y seguimiento de instrucciones.
- 1.10 Desplazamiento hacia el coliseo y práctica de los movimientos para la marcha
- 1.11 Circuito físico grupal (creado por los estudiantes según el segmento corporal escogido)

HITO 2: Fortaleciendo mis hábitos.

Tiempo de ejecución: desde Ciclo 4 hasta Ciclo 6

Criterio: Adoptar hábitos saludables en la clase de educación física creando conciencia para implementarlos en la vida diaria y no solo en el espacio escolar, creando conocimiento de sí mismo en cuanto a las habilidades y capacidades motrices lo cual fortalece el autoestima y relación con los pares.

TAREA: Reconoce sus habilidades motrices y sociales como medio de aprendizaje, expresión y cuidado de su salud física y mental

- 2.1 Juego pre deportivo de habilidades motrices
- 2.2 Charla y video de alimentación adecuada
- 2.3 Entrenamiento de tren inferior
- 2.4 Entrenamiento de tren superior
- 2.5 Desplazamiento hacia el coliseo y práctica de los movimientos para la marcha.
- 2.6 Pruebas físicas para llevar control de avances en cuanto a capacidades físicas básicas.
- 2.7 Revisión de uniforme y seguimiento de instrucciones.


HITO 3: Cambiando vidas

Tiempo de ejecución: desde Ciclo 7 hasta Ciclo 11

Criterio: Construye planes de hábitos saludables sencillos basados en experiencias de personas vinculadas a la comunidad teresiana, indagando mediante entrevistas las falencias del personal en su vida diaria como inactividad, mala alimentación, entre otros, lo cual va fortalecer su apropiación y motivación por una vida sana contribuyendo positivamente a los demás.

TAREA Reconoce sus habilidades y las pone al servicio de los demás de forma positiva fomentando la actividad, cuidado y amor propio.

. (Competencia axiológica corporal - Cuidado de sí mismo)

Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		

- 3.1 Juegos de integración y expresión cazador
- 3.2 Juego de arañas y moscas
- 3.3 Juegos pre deportivos en donde deban practicar la comunicación asertiva y valoración de sí mismos (Basket, voley, fútbol, tenis, balón mano)
- 3.4 Juegos cooperativos y competitivos, basados en la sana competencia y el juego limpio (Cruzar el río, las escondidas, carreritas)
- 3.5 Actividades de relajación, cultivando el autocontrol para manejar adecuadamente las emociones y los impulsos.
- 3.6 Desplazamiento hacia el coliseo y práctica de los movimientos para la marcha.
- 3.7 Entrevista y encuesta en pro del personal Teresiano
- 3.8 Creación de plan saludable
- 3.9 Socialización del plan saludable.
- 3.10 Revisión de uniforme y seguimiento de instrucciones.


HITO 4: Que comience el juego.

Criterio: Integrar los conocimientos y habilidades adquiridos durante el desarrollo del APB en la puesta en escena de Les Jeux Olympiques.

Tiempo de ejecución: desde Ciclo 1 hasta Ciclo 10

TAREA: Se reconoce como agente de construcción activo dentro del proyecto y parte esencial de este.

- 4.1 Fortalecimiento de habilidades motrices y coordinativas durante el proyecto.
- 4.2 Reconocimiento de la corporalidad y expresión artística.
- 4.3 Construcción de material artístico.
- 4.4 Desarrollo de habilidades rítmicas musicales.
- 4.5 Incorporación de los diversos elementos de la presentación en prácticas integradas desde las diversas áreas.
- 4.6 Puesta en escena del evento Les Jeux Olympiques.

Código: CA-02	CA-02 MALLA DE DESEMPEÑO Y SECUENCIA DE EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJE Y EVALUACIÓN 2024	 <p>COLEGIO TERESIANO BOGOTÁ <small>COMPAÑÍA DE SANTA TERESA DE JESÚS</small></p>
Versión: 1		
Fecha de revisión: 24/03/2023		