



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO**  
**PLAN DE UNIDAD**

<b>CÓDIGO:</b> ED-F-01	<b>VERSIÓN:</b> 01
<b>FECHA:</b> 30-06-2015 A EL 4-09-2015	
<b>PÁGINA:</b> 1-1	

<b>UNIDAD TEMETICA "EXPRESIONES MOTRICES ARTISTICAS" LA DANZA FOLCLORICA COLOMBIANA</b>								
<b>DOCENTE: LUZ DIANA OCAMPO MONTOYA</b>				<b>ÁREA/ASIGNATURA: EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES 2015</b>				
<b>PREGUNTAS PROBLEMATIZADORAS:</b>								
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué esquemas mentales incorporo en la expresión motriz que fortalezcan mis expresiones corporales, gestuales y rítmicas?</li> <li>• ¿Cómo enriquezco mis movimientos corporales y mi sentido rítmico, desde la aplicación adecuada de la técnica y los gestos motrices propios de cada actividad?</li> </ul>		<b>PERÍODO: 02 - 2015</b>		<b>GRADO: 8°</b>		<b>GRUPOS: 1</b>		
<b>FUNDAMENTO TEÓRICO</b>		<b>HABILIDAD</b>		<b>COMPETENCIAS</b>		<b>EVALUACIÓN Y RECURSOS</b>		
<b>ESTÁNDAR</b>	<b>EJES TEMÁTICOS</b>	<b>NOMBRE DE LA HABILIDAD</b>	<b>DESCRIPCIÓN DE LA HABILIDAD</b>	<b>COMPETENCIA</b>	<b>OBJETIVO DE LA COMPETENCIA</b>	<b>INDICADORES DE DESEMPEÑO</b>	<b>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN</b>	<b>RECURSOS EDUCATIVOS</b>

<p>competencia praxeológica EJE TEMATICO: "SOCIO - MOTRIZ" "EXPRESIONES MOTRICES ARTISTICAS "</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Elegir las técnicas de expresión corporal que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo. Aplicar a mi proyecto de vida la práctica de la actividad física rítmico-danzaria, fundamentada en conceptos técnicos, científicos y sociales.</li> <li>Construir estructuras dinámicas y flexibles que permitan el desarrollo del ser desde el cuerpo, la</li> </ul>	<p><b>LA DANZA FOLCLORICA - RITMOS BINARIOS Y TERCARIOS (Region Pacifica)</b>  <b>- LA PERCEPCION</b>  <b>- LA RITMICA</b>  <b>- LA EXPRESION CORPORAL</b> (conciencia corporal) <b>NIVEL III</b></p>	<p>Desarrollo Perceptivo Motriz  - - Desarrollo Socio-Motriz para la aplicación de Expresiones Motrices Artísticas (<b>DANZA FOLCLORICA DE LA REGION PACIFICA</b>)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seleccionar las técnicas de expresión corporal para la manifestación de emociones y pensamientos en diferentes contextos.</li> <li>Tomar decisiones sobre los aspectos fundamentales de la actividad física para la formación personal.</li> </ul>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ`:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Realizo secuencias de movimiento individual y en parejas, con duración y cadencia preestablecidas.</b></li> <li><b>Selecciono movimientos que generen amplitud, destreza y autonomía de movimientos.</b></li> <li><b>Ejecuto movimientos en concordancia con ritmos y objetos seleccionados.</b></li> <li><b>Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.</b></li> <li>Diseño y realizo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elegir las técnicas de expresión corporal a partir de las expresiones motrices artísticas con baile popular, que mejoren la eficiencia de los movimientos en beneficio de los resultados propios y del grupo.</li> <li>Tomar decisiones sobre la práctica de los principios fundamentales que enseña la educación física para la formación del ser.</li> <li>Conforma equipos de juego para participar en diversos eventos y contextos.</li> </ul>	<p><b>COMPETENCIA COGNITIVA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Investiga, comprende y argumenta los fundamentos teóricos y conceptuales sobre expresiones motrices artísticas, el ritmo y las danzas folclóricas colombianas. (desde el saber previo y desde el saber científico)</li> <li>Comprende la importancia de la expresión corporal y las actividades rítmico-danzarías en la cotidianidad.</li> </ul> <p><b>COMPETENCIA EXPRESIVA - MOTRIZ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Construye y comparte esquemas o secuencias de movimiento espontáneos y guiados</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valoración inicial, diagnóstico, Talleres teóricos de saberes previos: (1. taller de terminos (definición desde el saber previo y saber científico - 2. Taller de cuadro comparativo y Mapa Conceptual)</li> <li>Talleres Prácticos de Baile Popular (Tropical - Porro - Salsa)</li> <li>Diario Pedagógico,</li> <li>Portafolio Proyecto A.T.L - "CORPOREIDARTE"- Segundo Capitulo Proyecto de Investigación "MIRADAS AL CUERPO" - "CORPOREIDARTE" (Documentación y Definición de Instrumentos de Investigación) y</li> <li>Participación y</li> </ul>	<p>Minicomponente</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memoria con Música e Internet</li> <li>Cuaderno de Diario Pedagógico del estudiante,</li> <li>Portafolio del Proyecto A.T.L (Proyecto de Investigación),</li> <li>espacios físicos deportivos,</li> <li>aula de clase ,</li> <li>televisor,</li> <li>computador personal</li> <li>proyector.</li> </ul>
---	---	--	---	---	---	--	---	--

<p>mente y las emociones.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Asumir con autonomía la práctica cotidiana de la actividad física ritmico-danzaria favoreciendo el cuidado de sí mismo.</li> </ul>				<p>esquemas de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Construyo esquemas corporales con variaciones individuales, grupales, estáticas, en desplazamiento, con y sin objetos.</li> <li>• Aplico a mi vida cotidiana prácticas corporales alternativas.</li> <li>• Conformo grupos coreograficos para participar en diversos eventos y contextos.</li> <li>• Reconozco que la práctica regulada, continua y sistemática de la actividad física desde las Expresiones Motrices Artísticas,</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ejecuta adecuadamente ejercicios y juegos que requieren control y exploración corporal, ritmo y coordinación.</b></li> <li>• Identifica las prácticas corporales desde las expresiones motrices artísticas con la danza folclorica de la Región Pacífica, y las adaptaciones que se pueden establecer y que contribuyen a mejorar la calidad de vida.</li> <li>• Refuerza y valora las actividades dancísticas como parte de su formación personal y social.</li> <li>••• Comparto mi disfrute por el</li> </ul>	<p>Reconocimiento de la practica de actividades de Expresiones Motrices Artísticas con Baile.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicacion de elementos basicos del baile para el acondicionamiento fisico y deportivo y en la actividad de clase(participación activa, disciplina y respeto por las actividades propuestas)</li> </ul>	
---	--	--	--	---	--	--	--	--

			<p>incide en mi desarrollo corporal, motriz y emocional.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlo la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas.</li> <li>• Decido las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones de creación y trabajo coreográfico.</li> </ul> <p><b>COMPETENCIA EXPRESIVA - CORPORAL :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1). Combino técnicas de tensión, relajación y control corporal y gestual.</li> <li>2). Selecciono movimientos de desplazamiento, secuencias ritmicas, planimetricas y de manipulación, con y sin</li> </ol>		<p>movimiento y el Juego para mejorar las relaciones interpersonales.</p> <p>Asumo compromisos de grupo, que propicie mejores ambientes de aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza las actividades propuestas como una forma consciente de valorar la actividad física desde las expresiones motrices artisticas para conservar la salud.</li> <li>• Ejecuta con control corporal ejercicios de diferenciación, coordinación y fortalecimiento físico.</li> <li>• Realiza formaciones correctas en actos cívicos y culturales.</li> </ul>	
--	--	--	--	--	---	--

			acompañamiento musical. 3) Identifico métodos para el desarrollo de cada una de mis capacidades físicas y los aplico en la realización de esquemas coreográficos. 4). Selecciono modalidades y géneros rítmicos, para la realización de esquemas de movimiento de coordinación, ritmo, destreza, equilibrio y flexibilidad con y sin acompañamiento musical 5) Participo eficientemente en la construcción de propuestas y ejecución de esquemas y danzas creadas espontáneamente. <b>Competencia expresiva</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asume los desplazamientos y posturas correctas en su diario vivir.</li> <li>• Realiza formaciones correctas en actos cívicos y culturales.</li> <li>•</li> <li>• Diseña y realiza esquemas coreográficos de movimiento atendiendo a la precisión de un apoyo rítmico musical y de tiempo de ejecución.</li> <li>• Realiza esquemas coreográficos individuales y colectivos con el uso de diferentes ritmos musicales con danza folclórica, espontáneos y adaptados.</li> <li>• Muestra interés por establecer</li> </ul>		
--	--	--	---	--	---	--	--

**corporal:** •  
Realizo coreografías individuales y colectivas con el uso de diferentes ritmos musicales, espontáneos y adaptados.  
•Relaciono mis emociones en concordancia con las situaciones de trabajo ritmico y los espacios dispuestos para su práctica.  
•Tengo en cuenta las disposiciones espaciales y las comparto con facilidad y gusto.  
**COMPETENCIA AXIOLOGICA CORPORAL:**  
• Identifico mis posibilidades de

ambientes de respeto y relaciones de convivencia favorables para la ecología humana.

• Aplica a su vida cotidiana prácticas corporales saludables.

expresión corporal y procuro explorar otras que me permitan alcanzar y mejorar mis logros, para aportar a mi salud física y social.

- Comparto mis posibilidades de expresión con mis compañeros
- Reconozco el significado que tiene la oportunidad de expresar mis pensamientos y emociones a través de las expresiones motrices rítmico-danzarías.

••

Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad física rítmico-danzaria y deportiva, en concordancia con mis preferencias y

disposiciones  
espaciales.

- **Expresiva-Corporal**
- **Axiologica - Corporal**
- Selecciono y pongo en práctica actividades físicas ritmico - danzarias para la conservación de la salud mental y física individual y social
- Me adapto a las condiciones, características y posibilidades de realizar mi actividad ritmico-danzaria y deportiva, en concordancia con mis preferencias y disposiciones espaciales.



