



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN

### PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA

#### MALLAS CURRICULARES

#### PRIMERO

<b>ÁREA:</b>	<b>GRADO:</b> Primero	<b>AÑO:</b> 2025	<b>PERIODO:</b> I		
<b>EJE GENERADOR:</b>	Desarrollo de habilidades motoras básicas				
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa en juegos y actividades físicas que favorecen la movilidad, la coordinación y el desarrollo de habilidades motrices básicas.</li> </ul>	<p>Reconoce y practica ejercicios de acondicionamiento físico, como estiramientos y secuencias de coordinación, para mejorar su movilidad y bienestar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Acondicionamiento físico.</li> <li>Ejercicios de estiramientos, coordinación, secuencias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica la importancia del acondicionamiento físico y los beneficios de realizar ejercicios de estiramiento y coordinación.</li> <li>Realiza secuencias de ejercicios de estiramiento y coordinación siguiendo instrucciones.</li> <li>Muestra disposición y entusiasmo al participar en actividades de acondicionamiento físico, respetando</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se organiza un circuito con estaciones donde los niños realizan diferentes ejercicios de estiramiento, coordinación y secuencias motrices. Cada estación tendrá una actividad específica (ejemplo: tocarse los pies, saltos en secuencia, movimientos de brazos). Se refuerza la actividad con</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observación directa del desarrollo de los ejercicios.</li> <li>Registro anecdótico sobre la participación y actitud de los niños.</li> <li>Autoevaluación sencilla donde expresan cómo se sintieron y qué aprendieron en la actividad.</li> </ul>



## INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN

### PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA

			turnos y colaborando con sus compañeros.	música y retroalimentación positiva.	
--	--	--	--	--------------------------------------	--

<b>ÁREA:</b>	<b>GRADO:</b> Primero	<b>AÑO:</b> 2025	<b>PERIODO</b>	II
--------------	-----------------------	------------------	----------------	----

<b>EJE GENERADOR:</b>	Desarrollo de la motricidad y conciencia corporal
-----------------------	---

ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>Manifiesta control y conciencia sobre su cuerpo a través de movimientos básicos, adoptando posturas adecuadas y reconociendo su lateralidad en el entorno.</li> </ul>	Reconoce y controla su cuerpo en diferentes movimientos básicos (correr, saltar, brincar, trotar, caminar) y posturas, desarrollando habilidades motoras y la lateralidad en situaciones lúdicas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conocimiento corporal</li> <li>Conductas y habilidades motoras básicas (correr, saltar, brincar, trotar, caminar etc.)</li> <li>Posturas básicas</li> <li>Manejo de lateralidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las partes de su cuerpo y las utiliza de manera coordinada en diferentes movimientos y posturas básicas.</li> <li>Ejecuta desplazamientos y posturas básicas con control corporal y orientación espacial, fortaleciendo la lateralidad.</li> <li>Participa activamente en las actividades físicas, respetando su cuerpo y el de sus compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se organizarán estaciones con actividades como caminar en línea recta siguiendo una dirección, saltar con un solo pie, imitar posturas de animales, realizar giros para reconocer lateralidad y juegos de coordinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Observación directa: Se valorará la ejecución de movimientos y posturas básicas.</li> <li>Rúbrica de desempeño: Se evaluará el reconocimiento corporal, la ejecución de habilidades motoras y la lateralidad.</li> <li>Autoevaluación: Los niños expresarán cómo se sintieron realizando las actividades y qué lograron mejorar.</li> </ul>



## **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN**

### **PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA**

<b>ÁREA:</b>	<b>GRADO:</b> Primero	<b>AÑO:</b> 2025		<b>PERIODO</b>	III
<b>EJE GENERADOR:</b>	El movimiento y el bienestar corporal				
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoce su cuerpo en movimiento y regula su respiración para mejorar la ejecución de habilidades motrices básicas en diferentes actividades.</li> </ul>	Explora y controla su cuerpo a través de movimientos básicos, mejorando su coordinación, ritmo respiratorio y velocidad en actividades lúdicas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Coordinación</li> <li>● Respiración y relajación</li> <li>● Velocidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identifica la importancia de la coordinación, la respiración y la velocidad en el movimiento del cuerpo.</li> <li>● Ejecuta desplazamientos y ejercicios combinando coordinación, control de la respiración y rapidez en juegos y circuitos.</li> <li>● Demuestra disposición y entusiasmo al participar en actividades físicas, respetando turnos y normas del juego.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se emplearán circuitos motores, juegos de persecución y ejercicios de respiración para que los niños integren la coordinación, la respiración y la velocidad de manera lúdica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Observación directa y lista de cotejo para valorar la ejecución de los movimientos, la respiración controlada y la actitud de participación en los juegos.</li> </ul>



## **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN**

### **PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA**

<b>ÁREA:</b>	<b>GRADO:</b> Primero	<b>AÑO:</b> 2025	<b>PERIODO</b>	IV	
<b>EJE GENERADOR:</b>	Juego, libre aprendo y me divierto				
ESTÁNDAR/ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS/MATRIZ DE REFERENCIA	D B A	SABERES (CONTENIDOS/TEMAS)	EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE (LOGROS)	ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconoce y practica habilidades motrices básicas en diferentes espacios y situaciones lúdicas, mejorando su coordinación y control corporal.</li> </ul>	<p>Desarrolla y fortalece habilidades motrices básicas como correr, saltar, trepar, arrastrar y atrapar a través del juego, explorando su cuerpo y el entorno con confianza y seguridad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Jugando con las Habilidades básicas (Correr, Saltar, Trepar, Arrastrar, Atrapar)</li> <li>● Juego, libre aprendo y me divierto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Identifica y nombra las habilidades motrices básicas que realiza en diferentes juegos.</li> <li>● Ejecuta movimientos de correr, saltar, trepar, arrastrar y atrapar con coordinación y seguridad en diversas actividades lúdicas.</li> <li>● Participa activamente en los juegos, respetando turnos y mostrando disposición para colaborar con sus compañeros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Aprendizaje basado en el juego. Se diseñarán circuitos y estaciones de juego donde los niños practiquen las habilidades básicas de manera lúdica y creativa, promoviendo la exploración libre y el trabajo en equipo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Observación directa: Se valorará la ejecución de las habilidades motrices en los juegos propuestos.</li> <li>● Rúbrica de desempeño: Se calificará la coordinación, seguridad y participación en las actividades.</li> <li>● Autoevaluación: Se les pedirá a los niños que expresen cómo se sintieron al jugar y qué habilidad les gustó más practicar.</li> </ul>



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIAN**  
**PLAN DE ÁREA EDUCACIÓN FISICA**