

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN 2023		
	PERÍODO	ÁREA Y/O ASIGNATURA	GRADO
	2	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	3
LOGRO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS	
Desarrollo de actividades aeróbicas y anaeróbicas para fortalecer su cuerpo y su estado emocional.	Clasifica la capacidad aeróbica y anaeróbica, durante el desarrollo de actividades en las que la intensidad y la duración varían. Identifica las características de algunas capacidades físicas, durante la ejecución de las prácticas orientadas en las clases. Experimenta formas de movimiento, realizando actividades individuales y en grupo. Desarrolla actividades de tipo aeróbico y anaeróbico, contribuyendo a potenciar sus capacidades físicas. Participa con responsabilidad e interés, en las actividades teóricas y prácticas programadas.	Diferencia, entre actividad aeróbica y anaeróbica. AERÓBICAS: Caminar, Correr, Aeróbics con y sin música, con o sin elementos. Juegos recreativos. ANAERÓBICOS: Saltos, levantar objetos pesados, abdominales, sentadillas. La confianza en sí mismo.	
AUTOCONTROL DE ESTRATEGIAS EVALUATIVAS Y ACTIVIDADES DE APOYO			
FECHA	ESTRATEGIAS EVALUATIVAS	VALORACIÓN	
		Cuantitativa	Cualitativa
	EVALUACIÓN PROGRAMADA 20%		
	AUTOEVALUACION 0.5%		
	SEGUIMIENTO 75%		
	DEFINITIVA DEL PERIODO		
	DEFINITIVA DEL PERIODO CON ACT. APOYO:		

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN 2023		
	PERÍODO	ÁREA Y/O ASIGNATURA	GRADO
	1	EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTES	3
LOGRO	INDICADORES DE DESEMPEÑO		CONTENIDOS
Desarrollo de actividades aeróbicas y anaeróbicas para fortalecer su cuerpo y su estado emocional.	Clasifica la capacidad aeróbica y anaeróbica, durante el desarrollo de actividades en las que la intensidad y la duración varían. Identifica las características de algunas capacidades físicas, durante la ejecución de las prácticas orientadas en las clases. Experimenta formas de movimiento, realizando actividades individuales y en grupo. Desarrolla actividades de tipo aeróbico y anaeróbico, contribuyendo a potenciar sus capacidades físicas. Participa con responsabilidad e interés, en las actividades teóricas y prácticas programadas.		Diferencia, entre actividad aeróbica y anaeróbica. AERÓBICAS: Caminar, Correr, Aeróbics con y sin música, con o sin elementos. Juegos recreativos. ANAERÓBICOS: Saltos, levantar objetos pesados, abdominales, sentadillas. La confianza en sí mismo.
AUTOCONTROL DE ESTRATEGIAS EVALUATIVAS Y ACTIVIDADES DE APOYO			
FECHA	ESTRATEGIAS EVALUATIVAS	VALORACIÓN	
		Cuantitativa	Cualitativa
	EVALUACIÓN PROGRAMADA 20%		
	AUTOEVALUACION 0.5%		
	SEGUIMIENTO 75%		
	DEFINITIVA DEL PERIODO		
	DEFINITIVA DEL PERÍODO CON ACT. APOYO:		