



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN  
2023**

| PERÍODO | ÁREA Y/O ASIGNATURA                       | GRADO |
|---------|---|-------|
| 1       | EDUCACIÓN FÍSICA<br>RECREACIÓN Y DEPORTES | 5     |

| LOGRO  | INDICADORES DE DESEMPEÑO  | CONTENIDOS  |
|--|---|---|
| Reconoce e identifica que las capacidades motrices determinan la condición física del individuo, ejecutando con interés y de forma regulada actividades recreativas y deportivas, contribuyendo de esta manera a su desarrollo corporal y mental | Identifica durante los juegos desarrollados en clase, las capacidades físicas que intervienen, fortaleciendo de esta forma su desarrollo físico- mental.<br>Ejecuta juegos pre deportivos al voleibol en los que combina las capacidades motrices y psíquicas individuales, preparando acertadamente su cuerpo para los ejercicios posteriores y fortaleciendo valores como el de la sencillez.<br>Ejecuta con dinamismo las actividades sugeridas de la clase, reconociendo la importancia de las cualidades físicas en la prestación motriz y deportiva.<br>Identifica fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del voleibol, que le permiten un mejor desempeño durante el tiempo de juego. | Construcción de saberes estructurantes relacionados con; Resistencia Aeróbica.<br>Resistencia Anaeróbica.<br>Fuerza.<br>Velocidad.<br>Flexibilidad.<br>Agilidad.<br>Equilibrio.<br>Ritmo.<br>Coordinación.<br>Juegos pre deportivos para dominio del balón o familiarización al voleibol y práctica de los fundamentos técnicos y tácticos del voleibol:<br>Posiciones de base, los desplazamientos, el manejo del balón y el dominio del balón, la recepción del balón, el remate. |

**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<br>RECREACIÓN Y DEPORTES | 5     |

| LOGRO  | INDICADORES DE DESEMPEÑO  | CONTENIDOS   |
|--|---|--|
| Reconoce e identifica que las capacidades motrices determinan la condición física del individuo, ejecutando con interés y de forma regulada actividades recreativas y deportivas, contribuyendo de esta manera a su desarrollo corporal y mental | Identifica durante los juegos desarrollados en clase, las capacidades físicas que intervienen, fortaleciendo de esta forma su desarrollo físico- mental.<br>Ejecuta juegos pre deportivos al voleibol en los que combina las capacidades motrices y psíquicas individuales, preparando acertadamente su cuerpo para los ejercicios posteriores y fortaleciendo valores como el de la sencillez.<br>Ejecuta con dinamismo las actividades sugeridas de la clase, reconociendo la importancia de las cualidades físicas en la prestación motriz y deportiva.<br>Identifica fundamentos tácticos ofensivos y defensivos del voleibol, que le permiten un mejor desempeño durante el tiempo de juego. | Construcción de saberes estructurantes relacionados con; Resistencia Aeróbica.<br>Resistencia Anaeróbica.<br>Fuerza.<br>Velocidad.<br>Flexibilidad.<br>Agilidad.<br>Equilibrio.<br>Ritmo.<br>Coordinación.<br>Juegos pre deportivos para dominio del balón o familiarización al voleibol y práctica de los fundamentos técnicos y tácticos del voleibol: Posiciones de base, los desplazamientos, el manejo del balón y el dominio del balón, la recepción del balón, el remate. |

**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: |              |             |

