

 INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN 2025			
PERÍODO	ÁREA Y/O ASIGNATURA	GRADO	
1	Educación Física Recreación y Deporte	9°	
LOGRO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS	
Identifica la importancia de la agilidad, realizando en forma coordinada ejercicios gimnásticos en posiciones invertidas, los cuales fortalecen su aspecto anatómico y salud mental.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identifica formas de movimiento, que le permiten experimentar posiciones invertidas durante las prácticas de las clases. ➤ Reconoce en un esquema de gimnasia, las diferentes habilidades físicas que pueden fortalecer su salud en general. ➤ Ejecuta rutinas de ejercicio físico según las necesidades de los contextos laboral y social. ➤ Establece pausas de acuerdo con cargas de trabajo y tiempos de actividad física para una recuperación adecuada. 	GIMNASIA III Ejercicios gimnásticos. Beneficios y riesgos. Posiciones corporales. Movimientos articulares.	
		Actividad física Definición.	
		Componentes y ventajas de la Actividad física.	
		Beneficios del ejercicio físico. La solución de conflictos en la actividad física.	
AUTOCONTROL DE ESTRATEGIAS EVALUATIVAS Y ACTIVIDADES DE APOYO			
FECHA	ESTRATEGIAS EVALUATIVAS	VALORACIÓN	
		Cuantitativa	Cualitativa
	EVALUACIÓN PROGRAMADA 20%		
	AUTOEVALUACION 5%		
	SEGUIMIENTO 75%		
	DEFINITIVA DEL PERIODO		
	DEFINITIVA DEL PERIODO CON ACT. APOYO:		

 INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN 2025			
PERÍODO	ÁREA Y/O ASIGNATURA	GRADO	
1	Educación Física Recreación y Deporte	9°	
LOGRO	INDICADORES DE DESEMPEÑO	CONTENIDOS	
Identifica la importancia de la agilidad, realizando en forma coordinada ejercicios gimnásticos en posiciones invertidas, los cuales fortalecen su aspecto anatómico y salud mental.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Identifica formas de movimiento, que le permiten experimentar posiciones invertidas durante las prácticas de las clases. ➤ Reconoce en un esquema de gimnasia, las diferentes habilidades físicas que pueden fortalecer su salud en general. ➤ Ejecuta rutinas de ejercicio físico según las necesidades de los contextos laboral y social. <p>Establece pausas de acuerdo con cargas de trabajo y tiempos de actividad física para una recuperación adecuada.</p>	GIMNASIA III Ejercicios gimnásticos. Beneficios y riesgos. Posiciones corporales. Movimientos articulares.	
		Actividad física Definición.	
		Componentes y ventajas de la Actividad física.	
		Beneficios del ejercicio físico. La solución de conflictos en la actividad física.	
AUTOCONTROL DE ESTRATEGIAS EVALUATIVAS Y ACTIVIDADES DE APOYO			
FECHA	ESTRATEGIAS EVALUATIVAS	VALORACIÓN	
		Cuantitativa	Cualitativa
	EVALUACIÓN PROGRAMADA 20%		
	AUTOEVALUACION 5%		
	SEGUIMIENTO 75%		
	DEFINITIVA DEL PERIODO		
	DEFINITIVA DEL PERÍODO CON ACT. APOYO:		