


|  <b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN</b><br>2026  |  |   |             |
|---|--|---|-------------|
| PERÍODO   | ÁREA Y/O ASIGNATURA  | GRADO   |             |
| 1   | Educación Física Recreación y Deporte  | 9°  |             |
| LOGRO   | INDICADORES DE DESEMPEÑO   | CONTENIDOS  |             |
| <b>Identifica la importancia de la agilidad, realizando en forma coordinada ejercicios gimnásticos en posiciones invertidas, los cuales fortalecen su aspecto anatómico y salud mental.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificación de formas de movimiento que le permiten experimentar posiciones invertidas durante las prácticas de las clases.</li> <li>Reconocimiento, en un esquema de gimnasia, de las diferentes habilidades físicas que pueden fortalecer su salud en general.</li> <li>Ejecución de rutinas de ejercicio físico según las necesidades de los contextos laboral y social.</li> <li>Establecimiento de pausas de acuerdo con cargas de trabajo y tiempos de actividad física para una recuperación adecuada.</li> </ul> | <b>GIMNASIA III</b><br>Ejercicios gimnásticos.<br>Beneficios y riesgos.<br>Posiciones corporales.<br>Movimientos articulares.   |             |
|   |  | <b>Actividad física</b><br>Definición.<br>Componentes y ventajas de la Actividad física.<br>Beneficios del ejercicio físico.<br>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:   |   |             |

|  <b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN</b><br>2026   |  |   |             |
|---|--|---|-------------|
| PERÍODO   | ÁREA Y/O ASIGNATURA  | GRADO   |             |
| 1   | Educación Física Recreación y Deporte  | 9°  |             |
| LOGRO   | INDICADORES DE DESEMPEÑO   | CONTENIDOS  |             |
| <b>Identifica la importancia de la agilidad, realizando en forma coordinada ejercicios gimnásticos en posiciones invertidas, los cuales fortalecen su aspecto anatómico y salud mental.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificación de formas de movimiento que le permiten experimentar posiciones invertidas durante las prácticas de las clases.</li> <li>Reconocimiento, en un esquema de gimnasia, de las diferentes habilidades físicas que pueden fortalecer su salud en general.</li> <li>Ejecución de rutinas de ejercicio físico según las necesidades de los contextos laboral y social.</li> <li>Establecimiento de pausas de acuerdo con cargas de trabajo y tiempos de actividad física para una recuperación adecuada.</li> </ul> | <b>GIMNASIA III</b><br>Ejercicios gimnásticos.<br>Beneficios y riesgos.<br>Posiciones corporales.<br>Movimientos articulares.   |             |
|   |  | <b>Actividad física</b><br>Definición.<br>Componentes y ventajas de la Actividad física.<br>Beneficios del ejercicio físico.<br>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:   |   |             |