



PLAN DE MEJORAMIENTO Y PROFUNDIZACIÓN 2024

	ÁREA / ASIGNATURA	EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES			GRADO	NOVENO
	DOCENTE	DARIO DELGADILLO SILVA			CURSOS	902-903-904
	SEDE	A	JORNADA	MAÑANA	PERIODO	1

1. PLAN DE MEJORAMIENTO	
PARA	ESTUDIANTES QUE REPROBARON LA ASIGNATURA
NOTA MÁXIMA	3.5

A. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE MEJORAMIENTO:

ACTIVIDADES	CRITERIOS PARA SU PRESENTACIÓN
<p>1. Presentación del cuaderno con los temas: formaciones, calentamiento (4), establecidos para el año escolar.</p> <p>2. Realizar el siguiente calentamiento de manera ascendente; tareas a seguir: 1. Trote continuo 3 minutos (adecuación del espacio) 2. Movilidad articular: a. pie (rotaciones, flexión y extensión) b. piernas (balanceos, adelante y atrás; rotaciones, hacia los lados) c. cadera (rotaciones y movimientos laterales) d. brazos (adelante, atrás, forma lateral y rotaciones) e. mano (rotaciones, flexión al frente y abajo) f. cuello (laterales, adelante, atrás y rotaciones) En un espacio de 20 metros lineales, fraccionarlos: 5, 10, 15 20 metros</p> <p>3. https://www.edu.xunta.gal/centros/cpinaviadesuarna/system/files/EL%20%20CALENTAMIENTO.pdf Con base en el siguiente link, realice un ensayo .</p>	<p>ENTREGA DEL CUADERNO CON LOS TEMAS TRATADOS EN CLASE EN EL PRIMER TRIMESTRE</p> <p>PRESENTAR SE A LA SUSTENTACION EN LOS TIEMPOS ACORDADOS POR LA INSTITUCION PARA LA PRÁCTICA DEBEN PORTAR EL UNIFORME COMPLETO DE EDUCACION FISICA.</p>

B. CRITERIOS PARA SU EVALUACIÓN:

COMPONENTE DEL PLAN	PORCENTAJE	FECHA DE ENTREGA
ACTIVIDADES	100%	6 AL 8 DE MAYO
SUSTENTACIÓN		

MEJORAMIENTO para los estudiantes que **REPROBARON** la asignatura y requieren fortalecer su aprendizaje. **PROFUNDIZACIÓN** para aquellos que **APROBARON** y tienen la posibilidad de mejorar su desempeño académico. Lo anterior, de acuerdo con los criterios establecidos en el SIEE - Sistema Institucional de Evaluación de los Estudiantes año 2024.



PLAN DE MEJORAMIENTO Y PROFUNDIZACIÓN 2024

2. PLAN DE PROFUNDIZACIÓN	
PARA	ESTUDIANTES QUE APROBARON LA ASIGNATURA
NOTA MÁXIMA	5.0

A. DESCRIPCIÓN DEL TRABAJO DE PROFUNDIZACIÓN:

ACTIVIDADES	CRITERIOS PARA SU PRESENTACIÓN
<p>1. Elaboración de un calentamiento por parte del alumno, con duración de 25 minutos, realizando pausas de recuperación y estiramientos.</p> <p>2. Realizar el siguiente calentamiento de manera ascendente; tareas a seguir:</p> <p>1. Trote continuo 3 minutos (adecuación del espacio) 2. Movilidad articular: a. pie (rotaciones, flexión y extensión) b. piernas (balanceos, adelante y atrás; rotaciones, hacia los lados) c. cadera (rotaciones y movimientos laterales) d. brazos (adelante, atrás, forma lateral y rotaciones) e. mano (rotaciones, flexión al frente y abajo) f. cuello (laterales, adelante, atrás y rotaciones) En un espacio de 20 metros lineales, fraccionarlos: 5, 10, 15 20 metros</p> <p>3 https://www.edu.xunta.gal/centros/cpinaviadesuarna/system/files/EL%20%20CALENTAMIENTO.pdf Con base en el siguiente link, realice un ensayo.</p>	<p>ENTREGA DEL CUADERNO CON LOS TEMAS TRATADOS EN CLASE EN EL PRIMER TRIMESTRE PRESENTAR SE A LA SUSTENTACION EN LOS TIEMPOS ACORDADOS POR LA INSTITUCION PARA LA PRÁCTICA DEBEN PORTAR EL UNIFORME COMPLETO DE EDUCACION FISICA.</p>

B. CRITERIOS PARA SU EVALUACIÓN:

COMPONENTE DEL PLAN	PORCENTAJE	FECHA DE ENTREGA
ACTIVIDADES	100%	6 AL 8 DE MAYO
SUSTENTACIÓN		

MEJORAMIENTO para los estudiantes que **REPROBARON** la asignatura y requieren fortalecer su aprendizaje. **PROFUNDIZACIÓN** para aquellos que **APROBARON** y tienen la posibilidad de mejorar su desempeño académico. Lo anterior, de acuerdo con los criterios establecidos en el SIEE - Sistema Institucional de Evaluación de los Estudiantes año 2024.