U.E. COLEGIO
FAMILIA VEDRUNA
LAS ACACIAS-CARACAS

PLAN DE EVALUACIÓN		
Docente: Fernando Bonilla	**Área de Formación**: Educ. Fisica	**Año**: **1ero** **Sección**:A-B
Año Escolar: 2026 - 2027	**Lapso**: I LAPSO	F. Inicio: 28/09/2026 F. Culminación: 04/12/2026

FECHA		**DESGLOSE DE REFERENTE TEÓRICO**	**ESTRATEGIAS**			**INDICADORES DE EVALUACIÓN**	**La Evaluación es INDIVIDUAL o GRUPAL (¿Cuántos?)**	**PONDERACIÓN**	**PUNTOS**
A	**B**		**TÉCNICA**	**INSTRUMENTOS**	**ACTIVIDAD**				
		Lema pastoral	**Dibujo y Canto del lema pastoral**	**Escala de estimación**	**Realizar un dibujo creativo donde se refleje el lema pastoral y escribir el coro de la canción**	**1. Presentación** **2. Cumplimiento de instrucciones** **3. Creatividad** **4. puntualidad**	**INDIVIDUAL**	**10%**	**2 Pts.**
		P.E.I.C	Presentación de talentos	**Escala de estimación**	Realizar una presentación de sus talentos a través de una exposición.	1. Dominio del tema 2. Estructura y organización 3. Expresión verbal 4. Lenguaje corporal 5. Uso del recurso	INDIVIDUAL	10%	2 Pts.
		Hábitos, aptitudes, actitudes, destrezas y habilidades motrices básicas. Habilidades motrices fundamentales. i	Técnica de carrera	**Escala de estimación**	Realizar una carrera corta de alta intensidad, donde deben cumplir todas sus fases. Posición de partida Aceleración Velocidad máxima Mantener el ritmo llegada	1. Postura y poscion corporal 2. Braceo 3. Zancadas 4. Salida y aceleración 5. Cumplimiento de normas	INDIVIDUAL	15%	3 Pts.
		Hábitos, aptitudes, actitudes, destrezas y habilidades motrices básicas.	Circuito de entrenamiento basico	**Escala de estimación**	Realizar un circuito de entrenamiento básico donde van a ejecutar Flexiones de pecho Abdominales Sentadillas Zancadas Dorsales Saltos verticales	1. Técnica de ejecución 2. Resistencia 3. Seguridad e higiene 4. Actitud y trabajo en equipo 5. Superación y esfuerzo	IINDIVIDUAL	15%	3 Pts.

		Habilidades motrices fundamentales.							
		La flexibilidad como cualidad física fundamental para el desarrollo humano. Anatomía y fisiología de las articulaciones. Movimientos angulares de las articulaciones	Prueba estructurada		Realizar prueba estructurada		INDIVIDUAL	20 %	4 Pts.
		La Educación física como base de la salud integral Definiciones y conceptos básicos: Educación Física, danza, cualidades físicas, salud, actividad física, recreación, deporte.	Revisión de cuaderno	**Escala de estimación**	Realizar todas las actividades indicadas por el profesor dentro y fuera del aula	1. Presentación 2. Organización 3. Contenido teórico 4. Ortografía 5. Puntualidad	INDIVIDUAL	10%	2 Pts.
		La educación física como base de la salud integral. salad integral	Rasgos	**Escala de estimación**	Mantener un buen comportamiento dentro y fuera del aula de clase Cumplir con el uniforme de manera correcta Manejar un buen vocabulario	1. Presencia 2. Cumplimiento de normas 3. Buen vocabulario 4. Uniformidad 5. Buen comportamiento	INDIVIDUAL	10%	2 Pts.