

Ministerio de Educación
Matriz de Programación Efectiva

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Séptimo Grado Periodo: Febrero – Marzo 2024

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	1. Explica la importancia de la Educación Física para el fortalecimiento de las capacidades físicas y habilidades motrices básicas.	1. Importancia de la Educación Física			
			3. Emplea los ejercicios de organización y control para el desarrollo de una postura correcta y hábitos de acción colectiva	3. Ejercicios de Organización y control: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formaciones ➤ Numeraciones ➤ Giros ➤ Marchas 			
			2. Utiliza las pruebas de eficiencia física para determinar sus capacidades físicas y su salud.	2. Pruebas de Eficiencia Física <ul style="list-style-type: none"> ➤ Abdominales ➤ Salto largo sin carrera de impulso ➤ Velocidad ➤ Planchas ➤ Resistencia cardiovascular 			
			9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	Recopilar datos de edad, talla y peso.			

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
			<p>4. Practica ejercicios de fuerza para desarrollar su potencia y rendimiento corporal.</p> <p>9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física</p>	<p>4. Ejercicios para el desarrollo de la Fuerza muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Planchas ➤ Abdominales ➤ Semicuclillas y diferentes ejercicios y juegos de fuerza muscular. 			
<p>2. Participa en acciones que promuevan la protección y promoción de la salud, para tener estilos de vida saludables y contribuir al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.</p>	<p>2. Aplica los fundamentos técnicos del atletismo para el desarrollo armónico y progresivo de sus capacidades físicas y habilidades motrices en actividades físicas y deportivas que contribuyen al cuidado de su salud</p>	<p>Unidad II: Fundamentos técnicos del Atletismo</p>	<p>1. Destaca la importancia del atletismo para el mejoramiento de su rendimiento físico y deportivo</p> <p>2. Emplea los fundamentos técnicos de las carreras para el desarrollo de las habilidades motrices</p> <p>4. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la promoción de un estilo de vida saludable.</p>	<p>1. Importancia del Atletismo en la vida cotidiana.</p> <p>2. Fundamentos técnicos de las Carreras:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Fases de la Carrera: <ul style="list-style-type: none"> - Amortiguamiento - Apoyo - Impulso - Vuelo ➤ Salida alta, media y baja ➤ Tipos de Llegada 			

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Séptimo Grado Periodo: Abril - Mayo 2024

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	5. Emplea ejercicios variados de velocidad para desarrollar la reacción rápida corporal 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	5. Ejercicios para el incremento de la velocidad ➤ Carreras de velocidad en tramos cortos ➤ Juegos para el incrementar la velocidad ➤ Relevos			
2. Participa en acciones que promuevan la protección y promoción de la salud, para tener estilos de vida saludables y contribuir al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	2. Aplica los fundamentos técnicos del atletismo para el desarrollo armónico y progresivo de sus capacidades físicas y habilidades motrices en actividades físicas y deportivas que contribuyen al cuidado de su salud	Unidad II: Fundamentos técnicos del Atletismo	2. Emplea los fundamentos técnicos de las carreras para el desarrollo de las habilidades motrices 4. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la promoción de un estilo de vida saludable	2. Carreras de Velocidad ➤ Posición del tronco ➤ Posición de la cabeza ➤ Acción de los brazos			
4. Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y crecer en forma armónica, para establecer de	4. Participa en juegos y torneos prácticos de ajedrez, para utilizar los mates básicos, jaques y las tácticas, así como las fases de una partida de ajedrez.	Unidad IV: Jugando Ajedrez	1. Destaca la importancia y los beneficios del ajedrez para fortalecer las habilidades creativas y el aprendizaje 6. Practica mejores relaciones interpersonales en los	1. Importancia y beneficios del ajedrez ➤ Historia de los campeones mundiales del Ajedrez			

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
forma asertiva mejores relaciones interpersonales y una convivencia sana.			juegos prácticos de ajedrez				
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	6. Practica ejercicios variados de resistencia para el desarrollo de su capacidad física corporal 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	6. Ejercicios para el incremento de la resistencia física ➤ Carreras de tramos de 600 mts			
2. Participa en acciones que promuevan la protección y promoción de la salud, para tener estilos de vida saludables y contribuir al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	2. Aplica los fundamentos técnicos del atletismo para el desarrollo armónico y progresivo de sus capacidades físicas y habilidades motrices en actividades físicas y deportivas que contribuyen al cuidado de su salud	Unidad II: Fundamentos técnicos del Atletismo	3. Utiliza los fundamentos técnicos de las carreras de relevo para el desarrollo de habilidades motrices y sociales en la actividad deportiva del atletismo 4. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la promoción de un estilo de vida saludable	3. Carreras de Relevo ➤ Tipos de entrega y recibo ➤ Juegos de carreras de relevo.			

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Séptimo Grado Periodo: Junio-Julio 2024

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	5. Emplea ejercicios variados de velocidad para desarrollar la reacción rápida corporal 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	5. Ejercicios para el incremento de la velocidad ➤ Juegos para el incrementar la velocidad ➤ Relevos			
3. Participa en actividades deportivas, culturales y recreativas, a fin de fortalecer la salud física y psicológica a nivel individual y colectivo.	3. Aplica los fundamentos técnicos de los deportes para desarrollar las capacidades físicas, destrezas y habilidades deportivas, que contribuyen a su salud física y emocional.	Unidad III: Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	1. Destaca la historia y evolución del voleibol en el desarrollo de habilidades y destrezas motoras para la práctica deportiva 2. Emplea los fundamentos técnicos del voleibol para el desarrollo de la fuerza muscular y la sincronización en el movimiento locomotor 5. Practica actividades físicas y deportivas a fin de fortalecer la salud física y psicológica	1. Historia y evolución del Voleibol 2. Voleibol ➤ Fundamentos técnicos básicos para el aprendizaje del Voleibol			
4. Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y	4. Participa en juegos y torneos prácticos de ajedrez, para utilizar los mates básicos, jaques y las tácticas, así como las fases de	Unidad IV: Jugando Ajedrez	2. Reconoce los jaques, la notación y los movimientos especiales del ajedrez al realizar ejercicios prácticos y partidas rápidas	2. Recordando lo aprendido ➤ El Jaque y el jaque mate ➤ Anotación algebraica ➤ Competencias prácticas ➤ Movimientos especiales			



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!



Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
crecer en forma armónica, para establecer de forma asertiva mejores relaciones interpersonales y una convivencia sana.	una partida de ajedrez.		6.Practica mejores relaciones interpersonales en los juegos prácticos de ajedrez				



CRISTIANA, SOCIALISTA, SOLIDARIA !

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE PROGRAMACIÓN EDUCATIVA-DIRECCIÓN MODULO
K PLANTA ALTA. TEL 2253490; EXT. 291-126
CORREO programación.educativa@mined.gob.ni
PAGINA WEB: www.mined.gob.ni

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Séptimo Grado Periodo: Agosto- Septiembre 2024

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	Nº y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1.Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	7.Emplea ejercicios de flexibilidad para el desarrollo de la flexión y extensión de distintas partes corporales 9.Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	7. Ejercicios para mejorar la Flexibilidad articular: ➤ Extensiones ➤ Flexiones ➤ Torsiones			
3.Participa en actividades deportivas, culturales y recreativas, a fin de fortalecer la salud física y psicológica a nivel individual y colectivo.	3. Aplica los fundamentos técnicos de los deportes para desarrollar las capacidades físicas, destrezas y habilidades deportivas, que contribuyen a su salud física y emocional.	Unidad III: Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	2.Emplea los fundamentos técnicos del voleibol para el desarrollo de la fuerza muscular y la sincronidad en el movimiento locomotor 5.Practica actividades físicas y deportivas a fin de fortalecer la salud física y psicológica	2. Voleibol 2.1 Fundamentos técnicos básicos para el aprendizaje del Voleibol ➤ Recepción ➤ Saque ➤ Pases ➤ Boleo ➤ Remate ➤ Bloqueo ➤ Juegos de aplicación			
4.Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y crecer en forma armónica, para establecer de forma asertiva mejores relaciones interpersonales y una convivencia sana.	4. Participa en juegos y torneos prácticos de ajedrez, para utilizar los mates básicos, jaques y las tácticas, así como las fases de una partida de ajedrez.	Unidad V: Jugando Ajedrez	3.Aplica las fases de una partida de ajedrez al realizar ejercicios prácticos 6.Practica mejores relaciones interpersonales en los juegos prácticos de ajedrez	3. Fases de una partida de Ajedrez. ➤ Apertura ➤ Medio juego ➤ Final			

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	8. Practica ejercicios variados de agilidad para mejorar la capacidad de coordinación de movimientos corporales 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	8. Ejercicios de Agilidad: ➤ Equilibrio: Caminar sobre una línea, con una pierna entre otros. ➤ Caminata con cambios repentinos de dirección			
3. Participa en actividades deportivas, culturales y recreativas, a fin de fortalecer la salud física y psicológica a nivel individual y colectivo.	3. Aplica los fundamentos técnicos de los deportes para desarrollar las capacidades físicas, destrezas y habilidades deportivas, que contribuyen a su salud física y emocional.	Unidad III: Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	3. Utiliza los fundamentos técnicos del baloncesto para desarrollar la agilidad y la psicomotricidad 5. Practica actividades físicas y deportivas a fin de fortalecer la salud física y psicológica	3. Baloncesto 3.1 Fundamentos técnicos básicos para el aprendizaje del Baloncesto. ➤ Paradas ➤ Pivotes ➤ Botes y dribles ➤ Pases y recepciones con y sin desplazamiento. ➤ Tiros al aro y entradas ➤ Juegos de estudio			
4. Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y crecer en forma armónica, para establecer de forma asertiva mejores	4. Participa en juegos y torneos prácticos de ajedrez, para utilizar los mates básicos, jaques y las tácticas, así como las fases de una partida de ajedrez.	Unidad IV: Jugando Ajedrez	4. Practica en torneos los mate en una jugada y los mates básicos 6. Practica mejores relaciones interpersonales en los juegos prácticos de ajedrez	4. Torneos prácticos ➤ Mate en una jugada ➤ Mates básicos			



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!



Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
relaciones interpersonales y una convivencia sana.							



CRISTIANA, SOCIALISTA, SOLIDARIA !
MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE PROGRAMACIÓN EDUCATIVA-DIRECCIÓN MODULO
K PLANTA ALTA. TEL 2253490; EXT. 291-126
CORREO programación.educativa@mined.gob.ni
PAGINA WEB: www.mined.gob.ni

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Séptimo Grado Periodo: Octubre – Noviembre 2024

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	8. Practica ejercicios variados de agilidad para mejorar la capacidad de coordinación de movimientos corporales 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	8. Ejercicios de Agilidad: ➤ Equilibrio: Caminar sobre una línea, con una pierna entre otros. ➤ Caminata con cambios repentinos de dirección ➤ Carreras de acción y reacción. ➤ Juegos de agilidad			
3. Participa en actividades deportivas, culturales y recreativas, a fin de fortalecer la salud física y psicológica a nivel individual y colectivo.	3. Aplica los fundamentos técnicos de los deportes para desarrollar las capacidades físicas, destrezas y habilidades deportivas, que contribuyen a su salud física y emocional.	Unidad III: Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	4. Emplea los fundamentos técnicos del futbol para mejorar las capacidades físicas y las habilidades socioemocionales 5. Practica actividades físicas y deportivas a fin de fortalecer la salud física y psicológica	4. Fútbol 4.1 Fundamentos técnicos básicos para el aprendizaje del Fútbol: ➤ Conducción, pases, recepción, tiros, cabeceo ➤ Saque de banda y disparos al marco. ➤ Técnicas del portero, regate ➤ Juegos de aplicación			
4. Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y crecer en forma armónica, para establecer de forma asertiva mejores relaciones	4. Participa en juegos y torneos prácticos de ajedrez, para utilizar los mates básicos, jaques y las tácticas, así como las fases de una partida de ajedrez.	Unidad IV: Jugando Ajedrez	5. Muestra habilidades creativas y colaborativas en la elaboración de juegos de ajedrez con materiales del medio. 6. Practica mejores relaciones interpersonales en los juegos prácticos de ajedrez	5. Elaboración de juegos de ajedrez con materiales del medio.			

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
interpersonales y una convivencia sana.							

Competencias de Eje Transversal	Competencia de Grado	N° y Nombre de la Unidad Programática	Indicadores de Logro	Contenidos	Fecha de inicio	Fecha de Culminación	Criterios de Evaluación
1. Promueve estilos de vida saludable, mediante acciones de protección y promoción de la salud, que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida en la familia, en la escuela y la comunidad.	1. Emplea los ejercicios de desarrollo físico general para el desarrollo de capacidades físicas y habilidades motrices básicas que favorecen su salud y la práctica de valores en los diferentes ámbitos de la vida cotidiana	Unidad I: Ejercicios de Desarrollo Físico General	2. Utiliza las pruebas de eficiencia física para determinar sus capacidades físicas y su salud. 9. Practica actividades físicas y deportivas para la protección de su salud física	2. Pruebas de Eficiencia Física ➤ Abdominales ➤ Salto largo sin carrera de impulso ➤ Velocidad ➤ Planchas ➤ Resistencia cardiovascular ➤ Recopilar datos de edad, talla y peso.			