



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*



Ministerio de Educación

Matriz de Programación Efectiva

Nivel: Secundaria Modalidad: Secundaria Regular Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva Grado: Noveno 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. Destaca los beneficios de los ejercicios de desarrollo físico general para la práctica de la actividad física y deportiva	1. Beneficios de los ejercicios de desarrollo físico general en la práctica deportiva			
			3. Emplea los ejercicios de organización, para el desarrollo de hábitos de orden y disciplina en las actividades físicas.	3. Ejercicios de Organización y control: <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Numeraciones</li> <li>➤ Despliegues</li> <li>➤ Repliegues</li> <li>➤ Formaciones</li> <li>➤ Marchas</li> </ul>			
			9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.				
			2. Utiliza las Pruebas de Eficiencia Física para comprobar sus capacidades físicas y habilidades motrices	2. Pruebas de Eficiencia Física <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Abdominales</li> <li>➤ Salto largo sin carrera de impulso</li> <li>➤ Velocidad</li> <li>➤ Planchas</li> <li>➤ Resistencia cardiovascular</li> <li>➤ Recopilar datos de edad, talla y peso.</li> </ul>			
			9. Promueve actividades deportivas, físicas y				



CRISTIANA, SOCIALISTA, SOLIDARIA !

MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
DIRECCIÓN DE PROGRAMACIÓN EDUCATIVA-DIRECCIÓN MÓDULO  
K PLANTA ALTA. TEL 2253490; EXT. 291-126  
CORREO [programación.educativa@mined.gob.ni](mailto:programación.educativa@mined.gob.ni)  
PÁGINA WEB: [www.mined.gob.ni](http://www.mined.gob.ni)



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
			recreativas en ambientes saludables. 4. Emplea ejercicios variados de fuerza para desarrollar su capacidad física y resistencia corporal 9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.	4. Ejercicios para el desarrollo de la Fuerza muscular: ➤ Planchas ➤ Abdominales ➤ Tracciones ➤ Saltos en cuclillas ➤ Diferentes ejercicios y juegos de fuerza muscular.			
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	<b>Unidad II:</b> Fundamentos técnicos del Atletismo	1. Explica brevemente el origen, objetivo y disciplinas deportivas practicadas en las olimpiadas moderna. 2. Emplea los fundamentos técnicos de las carreras para el desarrollo de habilidades técnicas y capacidades en el atletismo 6. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la protección de su salud	1. Las Olimpiadas modernas ➤ Historia, bandera ➤ Objetivos ➤ Disciplinas deportivas destacadas 2. Fundamentos técnicos de las Carreras: 2.1 Fases de la Carrera: ➤ Amortiguamiento ➤ Apoyo ➤ Impulso ➤ Vuelo ➤ Salida en posición alta, media y baja ➤ Carreras progresivas			



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*



Nivel: Secundaria    Modalidad: Secundaria Regular    Asignatura: Educación Física y Práctica Deportiva    Grado: Noveno Grado    Periodo: Abril - Mayo 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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	5. Utiliza ejercicios variados de velocidad para desarrollar la capacidad de reacción rápida  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.	5. Ejercicios para el incremento de la velocidad ➤ Carreras de velocidad en tramos cortos ➤ Juegos para el incrementar la velocidad ➤ Relevos ➤ Resistencia a la velocidad			
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 habilidades técnicas y capacidades en el atletismo  6. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la protección de su salud	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 forma asertiva mejores	4. Practica el juego de ajedrez para fortalecer sus capacidades intelectuales y sus relaciones interpersonales que le permiten la realización exitosa de sus tareas escolares	<b>Unidad IV:</b> Jugando Ajedrez	1. Explica la importancia y los beneficios del ajedrez para desarrollar las habilidades creativas.  5. Practica acciones para mejorar sus relaciones interpersonales y una	1. Importancia y beneficios del 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](mailto:programación.educativa@mined.gob.ni)  
PAGINA WEB: [www.mined.gob.ni](http://www.mined.gob.ni)



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
relaciones interpersonales y una convivencia sana.			convivencia sana en 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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	1. Emplea los ejercicios variados de resistencia para fortalecer su potencia física corporal  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.	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	<b>Unidad II:</b> 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 física y deportiva  5. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la protección de su salud	3. Carreras de Relevo ➤ Tipos de entrega y recibo del testigo o estafeta ➤ Competencias de 4x50 y 4X100. ➤ Juegos de carreras de relevo.			



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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	5. Utiliza ejercicios variados de velocidad para desarrollar la capacidad de reacción rápida  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.	5. Ejercicios para el incremento de la velocidad ➤ Juegos para el incrementar la velocidad ➤ Relevos ➤ Resistencia a la velocidad			
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	<b>Unidad II:</b> Fundamentos técnicos del Atletismo	4. Aplica los fundamentos técnicos de las carreras con vallas para el desarrollo de capacidades coordinativas en la actividad física deportiva  6. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la protección de su salud	4. Carrera con vallas: ➤ Fundamentos técnicos de la Carrera con vallas ➤ Ejercicios introductorios			
4. Practica acciones que permitan la modificación de nuestro carácter, desarrollar potencialidades y crecer en forma	4. Practica el juego de ajedrez para fortalecer sus capacidades intelectuales y sus relaciones interpersonales que le permiten la realización	<b>Unidad IV:</b> Jugando Ajedrez	2. Reconoce en la historia del ajedrez los ajedrecistas destacados de Nicaragua.  5. Practica acciones para mejorar sus relaciones	2. Historia de Ajedrecistas destacados a nivel Nacional.			



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
armónica, para establecer de forma asertiva mejores relaciones interpersonales y una convivencia sana.	exitosa de sus tareas escolares		interpersonales y una convivencia sana en 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](mailto:programación.educativa@mined.gob.ni)  
PAGINA WEB: [www.mined.gob.ni](http://www.mined.gob.ni)





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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	7. Emplea ejercicios variados de flexibilidad para desarrollar las habilidades funcionales de músculos y articulaciones  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables.	7. Ejercicios de Flexibilidad: ➢ Estiramientos ➢ Flexiones ➢ Torsiones en distintas posiciones con y sin implementos			
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	<b>Unidad II:</b> Fundamentos técnicos del Atletismo	5. Emplea los fundamentos técnicos de las carreras de resistencia para el desarrollo de la potencia corporal en la actividad física y deportiva del atletismo  6. Practica actividades físicas y deportivas del atletismo para la protección de su salud	5. Resistencia: ➢ Carreras en tramos de 1200 a 1500 metros. ➢ Recorridos de 10 minutos. ➢ Carreras y competencias			
3. Participa en actividades deportivas, culturales y recreativas, a fin de	3. Aplica los fundamentos técnicos de los deportes para	<b>Unidad III:</b> Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	1. Reconoce la historia y evolución del fútbol para el desarrollo	1. Historia y evolución del fútbol			



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
fortalecer la salud física y psicológica a nivel individual y colectivo.	desarrollar las capacidades físicas, destrezas y habilidades deportivas, que contribuyen a su salud física y emocional.		emocional y las capacidades físicas en la práctica deportiva  2. Emplea los fundamentos técnicos del futbol para mejorar las capacidades físicas y las habilidades emocionales y sociales  5. Practica actividades recreativas y deportivas para fortalecer su salud física	2. Fútbol ➤ 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			

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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	8. Utiliza los ejercicios variados de agilidad para desarrollar la multilateralidad de los movimientos corporales  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables	8. Ejercicios de Agilidad: ➤ Carreras con cambios repentinos de dirección ➤ Ejercicios varios de equilibrio ➤ Actividades de acción y reacción.			





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
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.	<b>Unidad III:</b> Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	3. Emplea los fundamentos técnicos del voleibol para el desarrollo de la fuerza muscular y la sincronidad en el movimiento locomotor  5. Practica actividades recreativas y deportivas para fortalecer su salud física	3. Voleibol 3.1 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. Practica el juego de ajedrez para fortalecer sus capacidades intelectuales y sus relaciones interpersonales que le permiten la realización exitosa de sus tareas escolares	<b>Unidad IV:</b> Jugando Ajedrez	3. Aplica los movimientos especiales y tácticas del ajedrez al realizar ejercicios prácticos  5. Practica acciones para mejorar sus relaciones interpersonales y una convivencia sana en juegos prácticos de ajedrez	3. Recordando lo aprendido			



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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	8. Utiliza los ejercicios variados de agilidad para desarrollar la multilateralidad de los movimientos corporales  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables	8. Ejercicios de Agilidad: ➤ 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.	<b>Unidad III:</b> Fundamentos técnicos básicos de los Deportes	4. Utiliza los fundamentos técnicos del baloncesto para fortalecer la agilidad y la psicomotricidad  5. Practica actividades recreativas y deportivas para fortalecer su salud física	4. Baloncesto 4.1 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	4. Practica el juego de ajedrez para fortalecer sus capacidades intelectuales y sus relaciones interpersonales que le permiten la realización	<b>Unidad IV:</b> Jugando Ajedrez	4. Muestra habilidades de trabajo colaborativo en la elaboración de juegos de ajedrez con recursos del medio	4. Elaboración de juegos de ajedrez con recursos del medio.			



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
armónica, para establecer de forma asertiva mejores relaciones interpersonales y una convivencia sana.	exitosa de sus tareas escolares		5. Practica acciones para mejorar sus relaciones interpersonales y una convivencia sana en 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	<b>Unidad I:</b> Ejercicios de Desarrollo Físico General	2. Utiliza las Pruebas de Eficiencia Física para comprobar sus capacidades físicas y habilidades motrices  9. Promueve actividades deportivas, físicas y recreativas en ambientes saludables	2. Pruebas de Eficiencia Física <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Abdominales</li><li>➤ Salto largo sin carrera de impulso</li><li>➤ Velocidad</li><li>➤ Planchas</li><li>➤ Resistencia cardiovascular</li></ul> Recopilar datos de edad, talla y peso.			



CRISTIANA, SOCIALISTA, SOLIDARIA !

MINISTERIO DE EDUCACIÓN  
DIRECCIÓN DE PROGRAMACIÓN EDUCATIVA-DIRECCIÓN MÓDULO  
K PLANTA ALTA. TEL 2253490; EXT. 291-126  
CORREO [programación.educativa@mined.gob.ni](mailto:programación.educativa@mined.gob.ni)  
PÁGINA WEB: [www.mined.gob.ni](http://www.mined.gob.ni)