



**COLEGIO JOSÉ MARTÍ**  
**INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL**

DANE 11100136769. NIT.8000111459  
Página web: [www.iedjosemarti.edu.co](http://www.iedjosemarti.edu.co)  
e-mail: [iedjosemarti@educacionbogota.edu.co](mailto:iedjosemarti@educacionbogota.edu.co)



**ALCALDIA MAYOR**  
**BOGOTÁ D.C.**  
Secretaría  
**EDUCACION**

**“Educamos para la libertad”**



<b>PLAN DE RECUPERACIÓN</b>		
<b>2025</b>		
<b>PERIODO ACADÉMICO</b>	<b>ASIGNATURA</b>	<b>NOMBRE DOCENTE</b>
3	EDUCACIÓN FÍSICA	ERNAI ARIZA

<b>OBJETIVO DE LA NIVELACIÓN</b>	Desarrollar actividades de recuperación relacionadas a la temática establecida para el tercer periodo académico, de acuerdo a los contenidos establecidos, que permitan una mejor asimilación y práctica del propósito del periodo.
<b>COMPETENCIA POR EVALUAR</b>	Competencia motriz Competencia cognitiva

<b>ACTIVIDADES PROPUESTAS</b>	<b>FECHA DE REVISIÓN</b>	<b>CRITERIOS DE EVALUACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>Presentar las pruebas motrices en las cuales el estudiante ha tenido deficiencias o no ha alcanzado el nivel requerido.</li><li>Práctica y presentación en clase las pruebas de coordinación que involucran patrones de golpeo y recepción establecidas al inicio del periodo, junto con los ejercicios de coordinación dinámica general.</li><li>Práctica y presentación de las pruebas de capacidades físicas establecidas al inicio del periodo.</li><li>Desarrollo de una guía práctica relacionada con la flexibilidad de miembros inferiores.</li></ul>	Según cronograma institucional al finalizar el periodo académico. En el caso de educación física y en virtud de que las evaluaciones son mayoritariamente prácticas, el docente recibe las recuperaciones con varias semanas de antelación al cierre del periodo con el propósito de propiciar la ejecución de dichas pruebas.	Desarrollo y presentación de la guía que busca identificar el nivel de flexibilidad del tren inferior del cuerpo.  En cuanto a las pruebas de carácter motriz, superar al menos el 70% de los requerimientos exigidos en cada una de las pruebas a realizar por parte de los estudiantes que han tenido dificultades en el cumplimiento de los ejercicios propuestos.

<b>COMPROMISO DEL ESTUDIANTE</b>	
----------------------------------	--



**COLEGIO JOSÉ MARTÍ  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL**

DANE 11100136769. NIT.8000111459  
Página web. [www.iedjosemarti.edu.co](http://www.iedjosemarti.edu.co)  
e-mail: [iedjosemarti@educacionbogota.edu.co](mailto:iedjosemarti@educacionbogota.edu.co)

**“Educamos para la libertad”**



**ALCALDIA MAYOR  
BOGOTA D.C.**  
Secretaría  
**EDUCACION**

---

**FIRMA DEL ESTUDIANTE**

---

**FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA**

**LUIS LÓPEZ DE MESA (Sede A)** Carrera 13 A No 36 A – 36 Sur Tel: 3057984116  
**NAZARETH - ADMINISTRATIVA (Sede B)** Diagonal 32 B Sur No. 13B – 17 Tel: 3043986143  
**GRANJAS DE SAN PABLO (Sede C)** Calle 40 D Sur No 12 J – 39 Tel: 3057926087  
**RESURRECCIÓN (Sede D)** Diagonal 32 B Sur No. 11 D – 40 Tel: 3057913313  
**RIO DE JANEIRO (Sede E)** Calle 34 Sur No. 16 C – 21 Tel: 3057927938



**COLEGIO JOSÉ MARTÍ**  
**INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL**  
DANE 11100136769. NIT.8000111459  
Página web. [www.iedjosemarti.edu.co](http://www.iedjosemarti.edu.co)  
e-mail: [iedjosemarti@educacionbogota.edu.co](mailto:iedjosemarti@educacionbogota.edu.co)



**“Educamos para la libertad”**

## **ACTIVIDADES PROPUESTAS**

**Nota:**

**LUIS LÓPEZ DE MESA (Sede A)** Carrera 13 A No 36 A – 36 Sur Tel: 3057984116  
**NAZARETH - ADMINISTRATIVA (Sede B)** Diagonal 32 B Sur No. 13B – 17 Tel: 3043986143  
**GRANJAS DE SAN PABLO (Sede C)** Calle 40 D Sur No 12 J – 39 Tel: 3057926087  
**RESURRECCIÓN (Sede D)** Diagonal 32 B Sur No. 11 D – 40 Tel: 3057913313  
**RIO DE JANEIRO (Sede E)** Calle 34 Sur No. 16 C – 21 Tel: 3057927938