NIVELACIÓN AÑO _2026_	
GRADO - CURSO:	UNDÉCIMOS
ASIGNATURA:	EDUCACION FISICA
NOMBRE DEL DOCENTE:	JHON FREDY RINCÓN ARANGO

PLANEACIÓN GENERAL DE LA NIVELACIÓN

PROPÓSITO GENERAL

Proporcionar un proceso pedagógico de nivelación y recuperación de aprendizajes enfocado en reforzar la ejecución biomecánica, el control y la aplicación práctica de los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios básicos del fútbol en estudiantes de grado undécimo, permitiendo la superación de falencias detectadas mediante actividades reflexivas, analíticas y de juego guiado

PROPÓSITOS ESPECÍFICOS

APRENDER A SER	Fomentar actitudes de liderazgo positivo, deportividad (fair play), autorregulación emocional, perseverancia y respeto al trabajo colaborativo durante la jornada de recuperación.
APRENDER A CONOCER	Identificar y comprender la técnica biomecánica adecuada en los gestos técnicos del fútbol, así como el reglamento oficial actualizado (faltas, fuera de juego, sanciones) y principios de preparación física.
APRENDER A HACER	Ejecutar de forma coordinada la conducción, el pase con diferentes superficies de contacto, el control orientado y el remate a puerta en circuitos técnicos adaptados y situaciones reducidas de juego

EVALUACIÓN

ACTIVIDAD	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	METODOLOGÍA	RECURSOS
Taller Práctico-Técnico Dirigido (Conducción, Pase, Control Orientado y Remate)	- Precisión en el uso del borde interno/empeine en el pase a diferentes distancias.- Calidad en el control orientado del balón.- Fluidez en la conducción con cambio de dirección y correcta	Práctica asistida e individualizada por estaciones con corrección analítica inmediata por parte del docente	Balones de fútbol, conos, estacas/picas, porterías, mallas y silbato.

	postura/potencia en el remate a puerta.		
Aplicación Táctica y Toma de Decisiones en Fútbol Reducido (5x5 / 7x7)	- Ocupación racional del espacio de juego y basculación defensiva. - Velocidad en la transición ataque-defensa y apoyo constante al poseedor del balón. - Respeto a las reglas del juego y aplicación del fair play.	Aprendizaje basado en la resolución de problemas tácticos en espacio reducido con situaciones guiadas de juego	Campo de fútbol o cancha sintética, balones reglamentarios, petos/chalecos distintivos y cronómetro
Sustentación Teórico-Reglamentaria y Rúbrica de Compromiso Personal	- Comprensión y análisis de las reglas de juego (fuera de juego, faltas técnicas/disciplinarias y reanudaciones). - Demostración de una actitud autocrítica y comprometida frente a su proceso formativo	Cuestionario escrito analítico complementado con conversatorio reflexivo individual docente-estudiante	Formato impreso de prueba escrita, reglamento oficial y rúbrica de autoevaluación

FLUJO DE ACTIVIDADES

Fase 1 — Encuadre, Diagnóstico y Calentamiento (15 min): Socialización del plan de nivelación, pautas de convivencia y criterios de evaluación. Calentamiento estructurado: movilidad articular, estiramientos dinámicos y juegos de pases cortos en espacio reducido (rondos).
Fase 2 — Estaciones de Refuerzo Técnico Dirigido (30 min): Estación A: Conducción en slalom entre estacas trabajando el uso de ambos perfiles. Estación B: Recepción orientada con pierna hábil y no hábil en pared/pareja. Estación C: Pases de corta y

media distancia combinados con remate directo a portería desde media distancia con corrección biomecánica.

Fase 3 — Situación Reducida de Juego Guiado (30 min): Desarrollo de partidos en formato reducido (5x5 / 7x7). Evaluación de conceptos tácticos: desmarques, apoyos continuos, repliegue defensivo y pausado reflexivo del docente para corregir decisiones en tiempo real.

Fase 4 — Evaluación Teórica, Retroalimentación y Cierre (15 min): Aplicación del cuestionario teórico breve sobre el reglamento del fútbol. Conversatorio de retroalimentación sobre la evolución técnico-motriz observada y firma del compromiso de superación.