

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR  
**DIRECCIÓN GENERAL ACADÉMICA**

**REFORMA CURRICULAR**  
**BACHILLERATO GENERAL ESTATAL**  
**PLAN DE ESTUDIOS 2006**

COMPONENTE DE FORMACIÓN BÁSICA

**EDUCACIÓN FÍSICA**

Programa de estudio de 1° semestre



**LUIS MALDONADO VENEGAS**

Secretario de Educación Pública del Estado de Puebla

**JORGE B. CRUZ BERMÚDEZ**

Subsecretario de Educación Media Superior

**JOSÉ LUIS BALMASEDA BECERRA**

Director General Académico

**GISELA DUEÑAS FERNÁNDEZ, MARÍA EDITH BÁEZ REYES, BEATRIZ PIMENTEL LÓPEZ, SARAHÍ GAXIOLA JARQUÍN, OSVALDO CUAUTLE REYES, MARÍA DE LOS ÁNGELES ALEJANDRA BADILLO MÁRQUEZ, LUIS RENATO LEÓN GARCÍA, MARCOS JARA MARTINEZ, EMILIO MIGUEL SOTO GARCÍA.**

Coordinación del Proyecto: Colegiado Académico

**PROGRAMA DE ESTUDIOS  
EDUCACIÓN FÍSICA**

**Equipo de Diseño Curricular**

Javier Apam Torres, Antonio Arrieta Martínez, José Antonio Becerra Gutiérrez, José Luis Cabrera Martínez, Oscar Díaz Rodríguez, Gisela Dueñas Fernández, Margarita Concepción Flores Wong, Silvestre Gómez, César Gutiérrez Espinosa, Mauricio Hernández Pérez, Laureano López Miguel, José Antonio Migón y Flores, Noé López Tapia, Marcos Jara Martínez, Marco Antonio Ontiveros Schiaffini, Felipe Ponce Guzmán, Humberto Salas Villalba, Rosa María tapia Limón, Verónica Elena Teutle Cervantes, José Luis Toxtle Cuautle, Fernando Teyssier Sarmiento

**Revisión Metodológica**

María Angélica Álvarez Ramos, Gerardo Ángel Chilaca, Verónica Ángel Chilaca, Faustino Javier Cortés López, Margarita Concepción Flores Wong, Jorge Fernando Flores Serrano, Juan Manuel García Zárate, Genaro Juárez Balderas, Sotero Martínez Juárez, María Teresa Notario González, Irma Ivonne Ruiz Jiménez, Juan Jesús Vargas Figueroa, Emilia Vázquez Pacheco

**Estilo**

Leonardo Mauricio Ávila Vázquez, Alejandro Enrique Ortiz Méndez, Cristina Herrera Osorio, Concepción Torres Rojas, Rafael Carrasco Pedraza

**Formato**

Oswaldo Cuautle Reyes, Liliana Sánchez Tobón, Emilio Miguel Soto García.



<b>PROGRAMA ACADÉMICO:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA
<b>SEMESTRE:</b>	PRIMERO Y SEGUNDO
<b>CAMPO DISCIPLINAR:</b>	FORMACIÓN HUMANA
<b>COMPONENTE DE FORMACIÓN:</b>	BÁSICA
<b>NÚMERO DE HORAS:</b>	48
<b>CRÉDITOS:</b>	3

## IMPORTANCIA DEL CURSO

La asignatura de Educación Física se imparte durante el Primero y el Segundo semestres, está orientada hacia la consolidación de un desarrollo integral y armónico de los jóvenes que les permita una mejor interacción con su medio ambiente y tiene la intención de proporcionarles las bases de una praxis de la educación física que contribuyan al desarrollo de sus capacidades, habilidades motrices y hábitos de cultura física. Asimismo, esta materia favorece el desarrollo cognoscitivo, afectivo y social, ya que permite a los alumnos participar en actividades diversas, como las deportivas, que son necesarias pues constituyen canales valiosos que de manera natural estimulan el sentido de identificación y pertenencia.

La asignatura de educación física es importante porque favorece el desarrollo intelectual, emocional, motor y social del educando por medio del movimiento corporal sistematizado como apoyo al desarrollo armónico de su personalidad; además, incrementa su capacidad funcional a través del movimiento y contribuye en la formación de valores hacia la sana convivencia y competencia por medio de las actividades físicas y deportivas. Propicia, a su vez, la formación de hábitos, actitudes y valores que fomentan la práctica sistemática de actividades físicas para la adecuada utilización del tiempo libre en beneficio de la salud.

La relación que esta asignatura tiene con Ética y Valores I y II, es evidente, en tanto que éstas objetivan la formación y el fortalecimiento de valores humanos. Se relaciona, asimismo, con Orientación Educativa pues ésta plantea el autoconocimiento y autocomprensión de las dimensiones corporal y psicológica, base para el desarrollo de las actividades individuales y colectivas que se requieren también en la educación física y que sugieren el fortalecimiento del trabajo en equipo a través de los deportes de conjunto y la recreación física grupal, con el compromiso de valorar la responsabilidad y el respeto a sí mismo, hacia los demás y hacia el entorno.

La interdisciplinariedad que asume con Educación Artística se basa en la adquisición de conocimientos, habilidades y destrezas que a ambas asignaturas interesa desarrollar para la apreciación de la expresión y desarrollo corporal y estético. El programa de Educación Física privilegia su transversalidad con otras áreas del conocimiento en tanto que contribuye a proporcionar a los estudiantes las condiciones necesarias para un mayor rendimiento físico, mental y social, indispensable en la asimilación y construcción del conocimiento y disposición anímica para el trabajo cotidiano de sus actividades escolares y extraescolares. Y, desde luego, está apegado a los lineamientos filosóficos, metodológicos y pedagógicos implícitos en la reforma curricular del Bachillerato General Estatal y a lo dispuesto por el Consejo Nacional en el Deporte para la



Educación Media Superior (CONADEMS).

Este programa tiene la peculiaridad de ser **un programa anual**, en él, la flexibilidad en el abordaje de sus contenidos se propicia por los elementos, posibilidades y necesidades propias del contexto de las instituciones educativas del bachillerato, en el tipo de disciplinas deportivas que asuman y en los métodos que adopten los docentes para desarrollar los campos temáticos u horizontes de búsqueda. El docente tendrá la posibilidad de implementar una, dos o más disciplinas deportivas agrupadas en las unidades II, III, V y VI, para ser abordadas durante el primer semestre o semestre “A”, así como dar continuación a la(s) misma(s) para el segundo semestre, o semestre “B”. Es “requisito obligatorio” el cursar la unidad I en el semestre “A” y la unidad IV en el semestre “B”; las demás disciplinas deportivas contempladas en las unidades subsiguientes son opcionales. Así, el docente no tendrá que cubrir las seis unidades del programa, sino sólo las unidades I y IV, acompañadas de aquella(s) disciplina(s) contenida(s) en las unidades posteriores cuyas condiciones, como se explicó arriba, sean más compatibles con su contexto de trabajo.

Por ejemplo: para el semestre “A”, se trabajará obligatoriamente la unidad I “Aspectos importantes de la educación física”, pero al término, conforme las posibilidades y necesidades que presente el bachillerato y la comunidad, se podrá abordar dentro de la unidad II, basquetbol, y de ser posible balompié, u otra(s) disciplina(s), la(s) cual(es) se podrá(n) desarrollar durante el resto del semestre. Para el semestre “B”, se deberá trabajar la unidad IV “Gestión deportiva”, pero al finalizarla se podrá continuar el tratamiento de las disciplinas tratadas en el semestre “A” u otras contempladas en las demás unidades del programa.

El contenido del programa de Educación Física está estructurado en las siguientes unidades:

**Unidad I: Aspectos Importantes de la Educación Física**

Representa la plataforma en la que habrán de situarse los estudiantes para el desarrollo de las actividades dirigidas al mejoramiento de la salud física, mental y social.

**Unidad II: Deporte de Conjunto**

Aborda tres deportes básicos: baloncesto, voleibol y balompié, con un enfoque crítico, humanista y social.

**Unidad III: Atletismo**

Propone actividades para el entrenamiento de las diferentes modalidades del Atletismo que pretenden propiciar la reflexión sobre el deporte sano y transcendental

**Unidad IV: Gestión deportiva**

Propone la planeación e implementación de un proyecto de gestión deportiva a partir de la detección de necesidades específicas.

**Unidad V: Deporte alternativo**

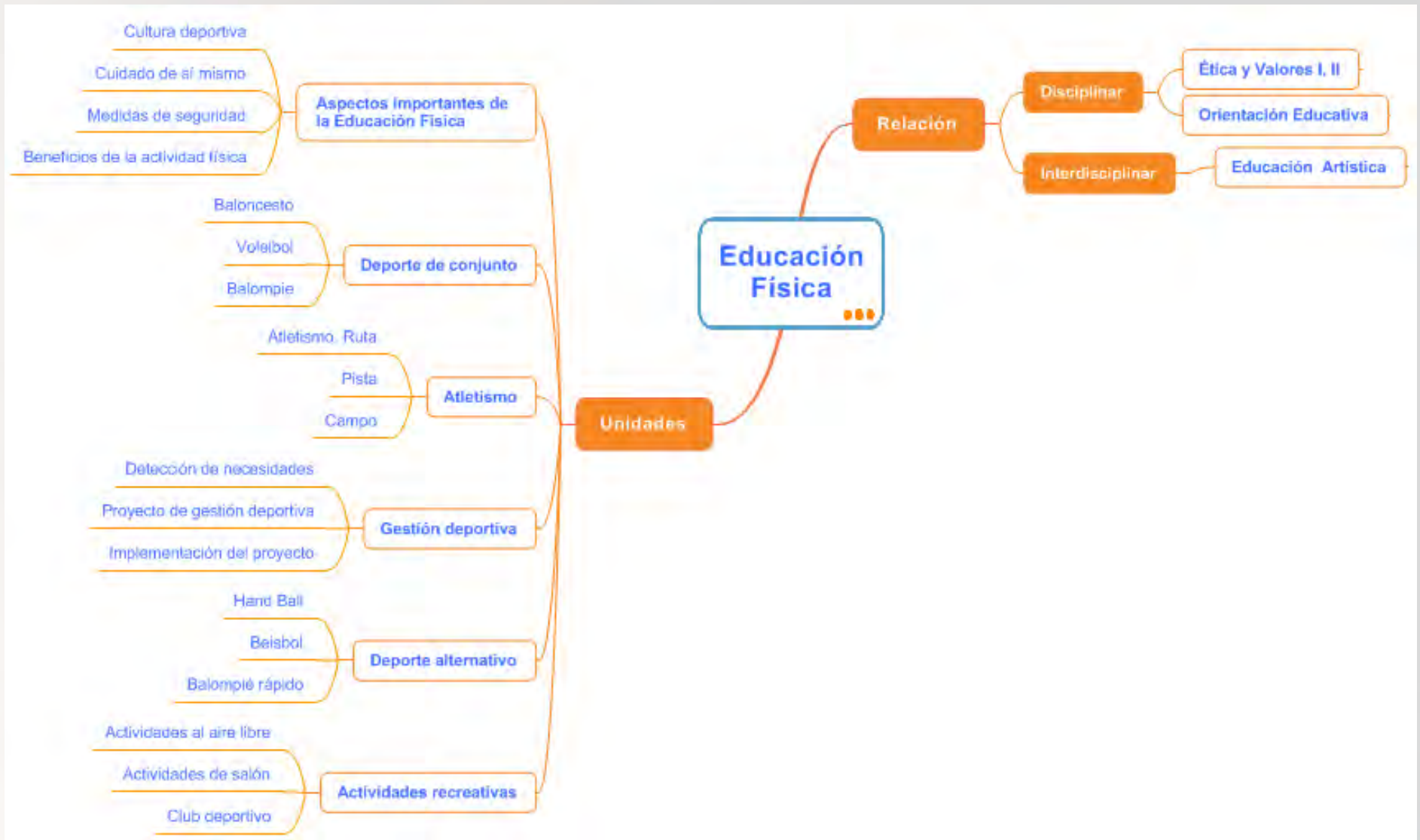
Plantea actividades para el *hand ball*, béisbol y fútbol rápido como deportes alternativos

**Unidad VI: Actividades recreativas**

Presenta estrategias de aprendizaje para la valoración de actividades recreativas como son: actividades al aire libre, de tiempo libre, de salón y conformación de Clubes







## COMPETENCIAS

El presente programa contribuye particularmente al desarrollo de las siguientes competencias:

### GENÉRICAS

Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.

- Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.
- Elige alternativas y cursos de acción con base en criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.
- Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.
- Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
- Administra los recursos disponibles teniendo en cuenta las restricciones para el logro de sus metas.

Elige y practica estilos de vida saludables

- Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.

Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.

- Aplica distintas estrategias comunicativas según quienes sean sus interlocutores, el contexto en el que se encuentra y los objetivos que persigue.
- Identifica las ideas clave en un texto o discurso oral e infiere conclusiones a partir de ellas.
- Maneja las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información y expresar ideas.

Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.

- Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva, comprendiendo cómo cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo.
- Ordena información de acuerdo a categorías, jerarquías y relaciones.

Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.

- Elige las fuentes de información más relevantes para un propósito específico y discrimina entre ellas de acuerdo a su relevancia y confiabilidad.
- Reconoce los propios prejuicios, modifica sus puntos de vista al conocer nuevas evidencias, e integra nuevos conocimientos y perspectivas al acervo con el que cuenta.
- Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.

Aprende en forma autónoma

- Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimientos.
- Identifica las actividades que le resultan de menor a mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos



y obstáculos.

- Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.

- Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos
- Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.
- Asume una actitud constructiva, congruente con los conocimientos y habilidades con los que cuenta dentro de los distintos equipos de trabajo.

Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.

- Privilegia el diálogo como mecanismo para la solución de conflictos.
- Contribuye a alcanzar un equilibrio entre el interés y bienestar individual y el interés general de la sociedad.
- Actúa de manera propositiva frente a fenómenos de la sociedad y se mantiene informado.

### **DISCIPLINARES BÁSICAS**

- Actúa en la resolución ética de conflictos.
- Ejerce su libertad comprometido con una jerarquización propia de valores.
- Valora su proyecto de vida como directriz en la toma de decisiones.
- Elige y practica actividades que favorecen su desarrollo físico y mental.
- Participa y colabora de manera comprometida en actividades deportivas y culturales.
- Asume la responsabilidad que implica la toma de decisiones.



## RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL CURSO

Los alumnos:

### En el nivel Atender:

- Identificarán las características, recursos, necesidades, valores y actitudes que conllevan la seguridad del deporte, el trabajo individual y colectivo y el desarrollo de habilidades para la práctica deportiva.

### En el nivel Entender:

- Comprenderán la presencia de procesos y principios valorales en toda actividad deportiva, mediante la práctica de ejercicios y el correcto desempeño deportivo.

### En el nivel Juzgar:

- Analizarán los retos y obstáculos que enfrentan para poder conocer, comprender y aplicar lo que va descubriendo y desarrollando, durante el proceso de su aprendizaje, con una actitud crítica y abierta ante el conocimiento y la práctica de actividades físico-deportivas de manera honesta y responsable.

### En el nivel Valorar:

- Aplicarán los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos sobre cultura deportiva, cuidado de sí mismos, deportes de conjunto y alternativos, atletismo y actividades recreativas, conscientes de sus debilidades y fortalezas.
- Asumirá sus compromisos ante la actividad física y sobre todo como agente promotor de los beneficios que conllevan la práctica de la misma, al contribuir significativamente a una mejor calidad de vida.





## UNIDAD I. ASPECTOS IMPORTANTES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Identificará los elementos que contribuyen a generar una cultura deportiva.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Conceptualizará los elementos que conforman los principios, valores y seguridad deportiva; así como las habilidades necesarias a desarrollar en la actividad física.
- Comprenderá la necesidad de mantener en buenas condiciones el cuerpo humano, así como prevenir cualquier daño o lesión física.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Reflexionará sobre la importancia que tiene la educación física para el desarrollo motriz, cognitivo, afectivo y socio crítico.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Deliberará sobre la necesidad y beneficios de la actividad física en la salud mental, física y social.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>CULTURA DEPORTIVA</b>	<p>¿Qué es la educación física?</p> <p>¿Qué se entiende por cultura deportiva?</p>	<p>¿Qué diferencia hay entre trabajo físico y educación física?</p> <p>¿Cuáles son las implicaciones éticas de la cultura deportiva?</p>	<p>¿Qué beneficios trae para el hombre el espíritu deportivo?</p>	<p>Observe un video sobre las actitudes que algunos deportistas asumen al ganar, perder, cometer una falta, una injusticia o bien, al ser juzgados erróneamente. En lluvia de ideas analice cuál de estas actitudes beneficia o afecta a la práctica deportiva y la manera en que los principios y valores promueven el espíritu deportivo.</p> <p>Haga una lista de actividades cotidianas que impliquen un trabajo físico (subir escaleras, barrer, caminar, etc.) y otra de las que impliquen una disciplina física (yoga, baloncesto, caminata, etc.).</p> <p>Presente las listas al grupo y explique las diferencias entre ambas (intencionalidad, nivel de exigencia, grado de dificultad, resistencia, implicaciones éticas, etc.).</p> <p>Analice en la Pirámide de la Actividad física, el tipo de actividades físicas que realiza y el tiempo que dedica a ellas. (Ver recursos Web)</p> <p>Asimismo, reflexione sobre su actuar en las prácticas y competencias deportivas y el significado de la educación física.</p> <p>Redacte conclusiones sobre los beneficios que trae para</p>



<p><b>CUIDADO DE SÍ MISMO</b></p>	<p>¿Qué elementos contribuyen al cuidado del cuerpo humano?</p>	<p>¿Por qué es importante prevenir daños a la salud física y mental?</p>	<p>¿Cómo contribuye el bienestar físico, mental y social al desarrollo integral del ser humano?</p>	<p>el hombre el espíritu deportivo y el juego limpio.</p> <p>Realice una entrevista a un compañero sobre el tipo de alimentación, higiene personal, cuidado de su cuerpo, horas de descanso, de trabajo, tiempo dedicado al ejercicio, edad, sexo, estatura, peso, tipo de sangre, alergias, adicciones, enfermedades hereditarias, padecimientos actuales, deporte que practica, dirección y teléfono.</p> <p>Con base en la información obtenida, haga la ficha deportiva de su compañero asesorado por el docente (de ser posible, anexe un certificado médico).</p> <p>Analice si el compañero está en condiciones adecuadas para la realización de una actividad física, previa consulta de información sobre los cuidados pertinentes que conllevan a una salud física y mental.</p> <p>Vuelva a analizar la Pirámide de la Actividad Física para determinar el tipo de alimentación recomendable (ver hipervínculo en recursos Web).</p> <p>Simule una prescripción médica donde sugiera a su compañero lo que debe hacer para mejorar su salud física y mental, considerando aspectos que contribuyen al cuidado del cuerpo humano.</p> <p>Redacte conclusiones sobre la manera en que el bienestar físico, mental y social contribuye al desarrollo integral del ser humano.</p>
<p><b>MEDIDAS DE SEGURIDAD</b></p> <p>Programa de prevención de lesiones</p> <p>Plan de acción de emergencia</p>	<p>¿Qué es un programa de prevención de lesiones?</p> <p>¿Qué es un plan de acción de emergencia?</p> <p>¿Qué significan los signos de inflamación H.C.A.E.D en las lesiones de los tejidos</p>	<p>¿Qué relación hay entre H.C.A.E.D y R.H.I.C.E?</p> <p>¿Qué medidas de seguridad se pueden considerar para prevenir lesiones?</p> <p>¿Qué ventajas otorga el conocimiento de acciones preventivas?</p>	<p>¿Por qué es importante conocer y aplicar las medidas de seguridad deportiva?</p> <p>¿Cómo se debe proceder ante diferentes tipos de emergencias como hemorragia nasal, cortaduras u otro tipo de lesiones?</p>	<p>Enliste las lesiones más comunes como: esguince, luxación, excoriaciones, hemorragias, etc.</p> <p>Consulte el programa de protección civil escolar, para identificar el seguimiento que se les da a este tipo de lesiones.</p> <p>Prevía investigación sobre diferentes tipos de lesiones, en equipos, elabore un plan de acción de emergencia, donde establezca las responsabilidades de cada una de las personas, los instrumentos necesarios y considerando la orientación del docente sobre cómo aplicar los pasos RHICE (reposo, hielo, comprensión, elevación) en el tratamiento de lesiones menores.</p>



	<p>blandos?</p> <p>¿Qué significa el principio R. H. I. C. E?</p>			<p>Simule una lesión física que manifieste algún signo de inflamación H.C.A.E.D (hinchazón, calor, alteración, enrojecimiento o dolor) u de otro tipo, que permitan aplicar el plan de acción de emergencia</p> <p>Finalmente, en plenaria, delibere sobre la necesidad e importancia del conocimiento de las medidas de seguridad, del plan de acción de emergencia y del conocimiento en general de las medidas de seguridad tanto en el deporte como en la vida cotidiana.</p>
<p><b>BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA</b></p>	<p>¿Qué se entiende por actividad física?</p>	<p>¿Qué beneficios se obtienen a través de la actividad física?</p> <p>¿Por qué la actividad física es el medio más favorable para mantener una buena condición física, mental y social?</p>	<p>¿Cómo trasciende la actividad física en las relaciones humanas?</p>	<p>Realice ejercicios que se sugieran para una prueba de aptitud física.</p> <p>Compare los resultados de su prueba con una tabla de rendimiento físico.</p> <p>Participe con su grupo en un foro sobre el tema “Los beneficios de la actividad física”, para discutir: los productos que consumen las personas para mantenerse en forma o sentirse bien; los métodos que siguen para conseguirlo; cirugías plásticas o de reconstrucción física, abstención de alimentos y la anorexia, influencias de la tecnología, avances científicos, ejercicio, consecuencias personales y ambientales y, considere también la tabla de rendimiento físico.</p> <p>Presente una propuesta, con base en las reflexiones obtenidas en el foro, sobre cómo mejorar su estado físico, mental y social a partir de la práctica sistemática de la actividad física y deportiva.</p>



## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación física</li> <li>• Trabajo físico</li> <li>• Cultura deportiva</li> <li>• Cuidado de sí mismo</li> <li>• Salud física, mental y social</li> <li>• Programa preventivo de lesiones</li> <li>• Plan de acción de emergencia</li> <li>• RHICE (reposo, hielo, comprensión, elevación)</li> <li>• HCAED (hinchazón, calor, alteración, enrojecimiento, dolor)</li> <li>• Beneficios de la actividad física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lista de actividades que implican trabajo físico y actividad física.</li> <li>• Conclusiones sobre los beneficios que trae para el hombre el espíritu deportivo y el juego limpio.</li> <li>• Ficha deportiva, con base en la entrevista</li> <li>• Prescripción médica</li> <li>• Conclusiones sobre la manera en que el bienestar físico, mental y social contribuye al desarrollo del ser humano.</li> <li>• Plan de acción de emergencia</li> <li>• Propuesta sobre cómo mejorar el estado físico, mental y social.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones.</li> </ul>





## UNIDAD II. DEPORTE DE CONJUNTO

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Manifestará sus conocimientos y habilidades previas de la práctica deportiva del baloncesto, voleibol y balompié.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Comprenderá los fundamentos, reglas y técnicas del baloncesto, voleibol y balompié.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Reflexionará sobre los beneficios que aportan la práctica de los deportes de conjunto.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Asumirá la importancia que representan los valores éticos del deporte, así como los beneficios que éste otorga al organismo.
- Aplicará los diferentes fundamentos, reglas y técnicas que rigen la práctica del baloncesto, voleibol y balompié.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional Preguntas			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>BALONCESTO</b>  Fundamentos, reglamento y técnicas	¿Qué es el baloncesto?  ¿Cuáles son los fundamentos, reglamento y técnicas aplicados al baloncesto?  ¿Cómo se llenan las hojas o cédulas de anotación?	¿Qué características requiere la conformación de equipos para la práctica deportiva?  ¿Por qué es importante conocer el reglamento y técnicas del baloncesto?	¿Qué beneficios conlleva la práctica del baloncesto como deporte de conjunto?	Participe en una lectura comentada sobre las principales reglas del baloncesto, así como de sus fundamentos y técnicas. Practique técnicas de baloncesto sugeridas por el docente (circuitos, repeticiones, recepción, pase, tiro, entrada triple, manejo de balón). Se integre en equipos para participar en un juego dirigido, tomando en cuenta los fundamentos y reglas. Elija al capitán del equipo y a un anotador para llevar el control de la hoja de anotación conforme indicaciones del docente. Coevalúe y argumente su participación en el juego, reconociendo las fortalezas y debilidades en su participación individual y colectiva. Asuma la importancia que tiene el deporte de conjunto para favorecer la integración social.
<b>VOLEIBOL</b>  Fundamentos, reglamento y técnicas	¿Qué es el voleibol?  ¿Cuáles son los fundamentos, reglamento y técnicas del voleibol?	¿Qué elementos caracterizan al voleibol como deporte de conjunto?  ¿Qué partes del	¿Por qué el voleibol beneficia al desarrollo integral del ser humano?	Realice un collage en forma grupal sobre sus saberes previos del voleibol: qué es, cómo se juega, reglas, técnicas, fundamentos, otras. Investigue los elementos que caracterizan al voleibol como deporte de conjunto. Compare la información obtenida con sus conocimientos previos.



		<p>cuerpo humano resultan de mayor exigencia física para la práctica del voleibol?</p>		<p>Practique técnicas de voleibol sugeridas por el docente (circuitos, repeticiones, recepción, servicio o saque, fildeo, remate, pase de voleo y elevada). En lluvia de ideas, comparta la experiencia adquirida en estas técnicas: sus sensaciones, esfuerzos, partes del cuerpo que intervinieron más en los ejercicios, dificultades, etc. Observe un partido de voleibol entre compañeros de otros grados y registre los errores y aciertos sobre reglas, fundamentos, técnicas y exigencia corporal. Al mismo tiempo, ejercite el manejo de una hoja de anotación y jueceo. Reporte, por escrito, a un equipo de los que participaron en el juego, todas sus observaciones, y agregue notas motivacionales para que continúen con esta práctica deportiva donde se expliquen los beneficios que aporta el voleibol al desarrollo integral del ser humano.</p>
<p><b>BALOMPIÉ</b></p>	<p>¿Qué es el balompié?</p>	<p>¿Cómo se interpretan las reglas que rigen la práctica del balompié?  ¿En qué consisten las técnicas y fundamentos del balompié?</p>	<p>¿Por qué el balompié se ha convertido en el deporte más popular a nivel mundial?  ¿Qué implicaciones tiene el fomento de este deporte a nivel local, nacional e internacional?</p>	<p>Escuche la narración de un partido de balompié a través de la radio. Identifique el lugar en que se lleva a cabo, la respuesta del público (venta y/ o reventa de boletos, asistencias), patrocinadores, participaciones musicales o de otro tipo, anuncios comerciales, y comentarios que se hagan sobre el desarrollo del juego en sí (reglas, valores, conductas o reacciones, marcador). Elabore un mapa mental sobre el evento de balompié escuchado y expóngalo ante grupo. Participe en un debate defendiendo una postura respecto del balompié como deporte esencia o como fenómeno comercial, analizando las implicaciones éticas, el impacto a nivel local, nacional y mundial. Con base al conocimiento adquirido, consciente de todo lo que implica la actitud frente al deporte, practique los fundamentos, reglas y técnicas (golpeo, marcación, ofensiva, defensiva, conducción, control del balón, tiro penal) del balompié, Participe en un juego de balompié con cualquier</p>



posición o función (defensa, delantero, guardameta, árbitro u otro).

## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Baloncesto (fundamentos, reglas técnicas)</li> <li>• Voleibol (fundamentos, reglas técnicas)</li> <li>• Balompié (fundamentos, reglas técnicas)</li> <li>• Deporte en conjunto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Collage sobre saberes previos del voleibol.</li> <li>• Hojas de anotación.</li> <li>• Reporte sobre participación de los integrantes en un partido de voleibol</li> <li>• Mapa mental sobre la narración de un partido de balompié.</li> <li>• Practica de baloncesto, voleibol y balompié.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones.</li> </ul>



## UNIDAD III. ATLETISMO

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Identificará las diferentes modalidades y técnicas existentes en el atletismo.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Conocerá los fundamentos, técnicas y reglamento de cada una de las modalidades del atletismo.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Reflexionará sobre la utilidad de cada técnica, reglas y conceptos dados en el atletismo.
- Justificará la trascendencia del atletismo como generador de actitudes positivas y como motor de superación personal.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Valorará al atletismo como una disciplina deportiva donde hay valores, reglas, conceptos, categorías y metodologías por aprender, mismas que han de trascender a la vida cotidiana.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>ATLETISMO</b>  Ruta (Marcha, maratón)	¿Qué es el atletismo?  ¿Cuál es la clasificación del atletismo?  ¿Qué tipo de pruebas atléticas se consideran en la modalidad de Ruta?	¿Por qué es importante conocer las técnicas, reglas, categorías y metodologías dadas en el atletismo?  ¿Cómo se llenan las hojas o cedulas de anotación?	¿Qué beneficios se obtienen al participar en las diferentes pruebas de atletismo olímpico o paralímpico?	Observe fotografías o los nombres escritos en el pizarrón de: Germán Silva, Emisael Favela, Soraya Jiménez, Daniel Bautista Rocha, Ana Gabriela Guevara, Salvador Hernández Mondragón, Adrián Paz, José Arnulfo Castorena Vélez, Perla Patricia Bustamante Corona y/o de otros atletas reconocidos. Señale a quienes reconozca y la disciplina deportiva en la que han participado. Investigue en fuentes de consulta confiables los datos de aquellos a quien no haya reconocido. En forma de equipos, discuta y conteste por escrito las siguientes preguntas: ¿Qué es el atletismo? ¿Qué ha llevado a estos reconocidos atletas a obtener importantes lugares a nivel nacional e internacional? ¿Qué similitud hay entre los atletas olímpicos y los paralímpicos? ¿Qué beneficios han obtenido estos atletas, además de medallas u otro tipo de reconocimientos, al practicar las diferentes disciplinas del atletismo? Socialice las respuestas con los otros equipos y





				<p>construya grupalmente el concepto de Atletismo y su importancia.</p> <p>Consulte información sobre la clasificación del atletismo (técnicas, reglas, categorías) de: Ruta, Pista y Campo para iniciarse en la práctica del atletismo.</p> <p>Observe un video que le ayude a identificar los tipos de pruebas atléticas.</p> <p>Consulte información en fuentes confiables sobre la forma del llenado de las cédulas de anotación antes y durante una práctica deportiva.</p> <p>Trace una ruta al interior de la escuela apoyado del docente y de lo visto en el video para participar en una prueba atlética de resistencia para Ruta.</p> <p>Nota: En la medida de sus posibilidades organice y participe en una prueba atlética de marcha o maratón en su comunidad.</p>
<p><b>PISTA</b></p> <p>carreras de velocidad, con obstáculos, de resistencia y relevos</p>	<p>¿Cuáles son las pruebas atléticas de Pista?</p> <p>¿A qué se llama prueba de velocidad?</p> <p>¿Cuáles son las principales reglas en la prueba de velocidad?</p>	<p>¿Por qué es necesario realizar los ejercicios para la preparación de los grupos musculares en pruebas de velocidad?</p>	<p>¿Qué ventajas aporta al atleta, la preparación de grupos musculares?</p>	<p>Retome lo visto sobre carreras de velocidad en el video del horizonte anterior.</p> <p>Atienda a la explicación y demostración que hará el docente sobre las pruebas de velocidad, señalando las técnicas y reglas en la realización de este tipo de pruebas y compárelo con lo observado en el video. Realice, durante un período pertinente, ejercicios elementales para la preparación de los grupos musculares en pruebas de velocidad y lleve un registro por día sobre: condición física, resistencia, mejora de algunas funciones orgánicas como la digestión, estado mental o emocional, etc. Al finalizar su entrenamiento, reporte, por escrito, lo anterior, incluyendo los cambios físicos y mentales que experimentó en ese período.</p> <p>Participe en sanas competencias internas (en cualquier tipo de pruebas de pista) apegándose a las reglas.</p> <p>Agregue al reporte anterior si los ejercicios anteriores fueron convenientes para participar en esas competencias.</p>
<p><b>CAMPO</b></p>	<p>¿Cuáles son las pruebas atléticas de</p>	<p>¿Qué diferencia hay entre las pruebas de</p>	<p>¿Por qué la práctica de cualquier prueba</p>	<p>Recuerde algunos juegos tradicionales como: la reata, los aros, el resorte, caballazos, burro corrido, el avión o</p>



<p>Salto de altura, longitud, triple y con garrocha.</p> <p>Lanzamiento de bala, jabalina, disco y martillo</p>	<p>Campo?</p>	<p>salto y las de lanzamiento?</p> <p>¿Qué partes del cuerpo se fortalecen con este tipo de pruebas y por qué?</p>	<p>atlética puede enseñar una forma de superar obstáculos en situaciones de la vida cotidiana?</p>	<p>bebeleche, la cucharita, el batazo, y el balero.</p> <p>En lluvia de ideas, mencione el movimiento requerido para realizar ese tipo de juegos, el grado de dificultad, la coordinación motriz, el esfuerzo físico y la percepción espacial, las habilidades físicas desarrolladas.</p> <p>Consulte información sobre las pruebas atléticas de campo y haga un cuadro comparativo sobre las pruebas de salto y las de lanzamiento. Analice las similitudes y diferencias entre los juegos tradicionales citados arriba y las disciplinas atléticas de campo.</p> <p>En equipos, construya material apropiado como párales, varillas, colchón, tacos de salida u otros, apegados a las características convencionales, y úselo para practicar las técnicas para este tipo de pruebas.</p> <p>Durante las prácticas, lleve una hoja de control para registrar los alcances de longitud, altura y obstáculos que vaya superando.</p> <p>Revise periódicamente sus logros conjuntamente con el docente, quien hará observaciones pertinentes.</p> <p>Redacte conclusiones sobre cómo el deporte puede enseñar una forma de superar obstáculos en forma sana y asumiendo las responsabilidades que conllevan la toma de decisiones.</p>
---	---------------	--	--	--



## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atletismo</li> <li>• Prueba atlética</li> <li>• Ruta (marcha, maratón)</li> <li>• Pista (carreras de velocidad, con obstáculos, de resistencia y relevos)</li> <li>• Campo: Salto (de altura, longitud, triple y con garrocha); Lanzamiento (de bala, jabalina, disco y martillo)</li> <li>• Fundamentos, técnicas y reglamentos de las diferentes modalidades del atletismo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionario sobre atletismo</li> <li>• Reporte escrito sobre el resultado de la preparación de grupos musculares.</li> <li>• Cuadro comparativo de pruebas de salto y lanzamiento.</li> <li>• Construcción de material para pruebas de campo.</li> <li>• Hoja de control sobre logros superados.</li> <li>• Conclusiones por escrito sobre la importancia del deporte.</li> <li>• Prácticas de atletismo, ruta, pista y campo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones.</li> </ul>



## UNIDAD IV. GESTIÓN DEPORTIVA

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Identificará las necesidades y problemáticas de su entorno, comunidad o localidad en relación a la generación, remodelación o fomento de espacios y actividades deportivas.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Comprenderá las formas y métodos de gestión necesarias a realizar con las instancias gubernamentales y/o comunitarias que estén involucradas en promoción de actividades y espacios deportivos.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Reflexionará sobre la utilidad y beneficio que conlleva el ser un gestor deportivo, así como la gestión misma para la promoción de la actividad deportiva.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Implementará un proyecto de gestión deportiva que involucre a su comunidad y le permita asumir una posición activa-participativa en la gestión de espacio y actividades deportivas.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>DETECCIÓN DE NECESIDADES</b>	¿Qué necesidades básicas suelen presentarse en el ámbito deportivo en la escuela y la comunidad?	¿Cómo se pueden detectar y analizar las necesidades básicas para la práctica deportiva?	¿Qué beneficios tiene el realizar el análisis de necesidades que se priorizan para el buen desempeño de la práctica deportiva?	<p>Realice un recorrido por la escuela e identifique los espacios deportivos para analizar lo siguiente: las condiciones actuales, la ubicación y la capacidad de funcionalidad que tienen; así mismo, investigue las áreas de su comunidad destinadas para el deporte siguiendo el mismo análisis. Corrobore, con entrevistas a personas de la comunidad, el uso que se les da a esos espacios.</p> <p>Reporte por escrito los datos obtenidos de lo anterior. Discuta con sus compañeros la posibilidad de hacer uso de esas áreas y proponga formas de solventar la necesidad de rehabilitar los espacios que lo sugieran. Determine qué recursos materiales, económicos o humanos se necesitan para favorecerlos y para realizar la práctica deportiva.</p> <p>Concentre en unos cuadros de doble entrada, las características de los recursos materiales, económicos y humanos que se requieren para el buen desempeño de la práctica deportiva, las propuestas para satisfacer las</p>





				necesidades que se demandan para ello, así como los beneficios que se derivan de todo el estudio realizado.
<b>PROYECTO DE GESTIÓN DEPORTIVA</b>	<p>¿Qué es un proyecto deportivo?</p> <p>¿Qué elementos han de tomarse en cuenta para la realización de un proyecto deportivo?</p>	¿Cómo se elabora un proyecto de gestión deportiva?	¿Qué ventajas conlleva la realización de un proyecto deportivo?	<p>En lluvia de ideas, con base en sus saberes previos, exprese qué es, para qué sirve, qué elementos se deben considerar y cómo se elabora un proyecto deportivo.</p> <p>Investigue qué es y cómo pueden realizarse proyectos enfocados al deporte, comparando la información obtenida con lo tratado en la lluvia de ideas.</p> <p>Integrado en equipos, establezca y realice los siguientes puntos del proyecto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Justificación</li> <li>. Problema</li> <li>. Objetivo general.</li> <li>. Debilidades y fortalezas.</li> <li>. Estrategias</li> <li>. Escenarios deportivos</li> <li>. Recursos económicos, materiales y humanos</li> <li>. Beneficios que se esperan alcanzar.</li> <li>. Cronograma de actividades.</li> <li>. Formas de evaluación.</li> </ul> <p>Comparta su proyecto con los demás equipos, lo argumente, y analice para que finalmente, seleccionando lo más pertinente, grupalmente determinen el proyecto de gestión deportiva.</p>
<b>IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO (GESTIÓN DEPORTIVA)</b>	¿Qué se entiende por gestión deportiva?	¿Cómo se gestionan las actividades que se requieren para poner en práctica un proyecto deportivo?	¿Qué beneficio tiene la generación, promoción y realización de actividades deportivas?	<p>Entreviste a personas que han estado involucradas en acciones o proyectos deportivos para obtener datos sobre:</p> <p>Características del gestor deportivo, instancias a las que acuden, formas de promover, remodelar o rehabilitar espacios o actividades deportivas, según sea la necesidad o problemática a la que se hayan enfrentado.</p> <p>Retome el proyecto construido grupalmente en el horizonte anterior, haga las correcciones pertinentes de acuerdo a la información obtenida en las entrevistas e</p>



implementélo involucrando a su comunidad.  
Tome video o fotos del proceso que se desarrolla durante la implementación del proyecto, para apreciar los beneficios que la preparación de éste aporta.



## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ámbito deportivo</li> <li>• Proyecto de Gestión Deportiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reporte por escrito de la detección de necesidades.</li> <li>• Cuadro de doble entrada sobre el análisis de necesidades y propuestas para satisfacerlas.</li> <li>• Proyecto de Gestión Deportiva.</li> <li>• Aplicación del Proyecto</li> <li>• Fotos o video de la implementación del proyecto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones</li> <li>• El grado de sensibilización logrado en si mismo y en las personas de su comunidad.</li> <li>• Integración en equipos.</li> </ul>



## UNIDAD V. DEPORTE ALTERNATIVO

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Identificará al hand ball, béisbol y fútbol rápido como deporte de conjunto.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Conceptualizará el hand ball, béisbol y el fútbol rápido como algunas modalidades del deporte alternativo.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Evidenciará los beneficios que otorga la práctica del deporte alternativo y de conjunto como el hand ball, béisbol y fútbol rápido, a la salud física, mental y social.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Deliberará sobre la importancia del hand ball, béisbol y fútbol rápido como disciplinas deportivas que contribuye al desarrollo armónico del ser humano.
- Participará en juegos deportivos como hand ball, béisbol y fútbol rápido.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional Preguntas			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>HAND BALL</b>	<p>¿Qué se entiende por deporte alternativo?</p> <p>¿Qué es el <i>hand ball</i>?</p> <p>¿Qué elementos caracterizan al <i>hand ball</i> como deporte de conjunto?</p>	<p>¿Por qué el <i>hand ball</i>, es un deporte alternativo?</p>	<p>¿En qué contribuye el <i>hand ball</i> como actividad deportiva en la formación del hombre?</p> <p>¿Qué tipo de habilidades físicas pueden desarrollarse con la práctica del <i>hand ball</i>?</p>	<p>Observe detenidamente, en un video, un juego de <i>hand ball</i>.</p> <p>Tome nota de la forma en que se juega, el material que se requiere, el número de participantes, etc.</p> <p>En equipos, organice los datos obtenidos en: fundamentos y reglamento y preséntelo por escrito.</p> <p>Realice lecturas sobre este deporte y su relación con el deporte alternativo para ampliar su conocimiento sobre el tema y compare la información con su producto anterior.</p> <p>Practique y señale, en el desarrollo del juego, los elementos que intervienen, fundamentos y reglas para sistematizar las diferentes técnicas del <i>hand ball</i>.</p> <p>Redacte conclusiones sobre la importancia del <i>hand ball</i> como deporte alternativo y de conjunto, y el resultado que se obtiene al practicarlo en cuanto a las habilidades físicas que pueden desarrollarse, la satisfacción psicológica que promueve y la integración social que se alcanza.</p>
<b>BEISBOL</b>	<p>¿Qué es el béisbol?</p>	<p>¿Por qué es necesario que los integrantes de</p>	<p>¿Cuál es la pertinencia de empleo adecuado</p>	<p>Grupalmente, realice un collage de conceptos sobre qué es el béisbol, cómo se juega, tiempos, técnicas, tipo de</p>



	<p>¿Qué elementos caracterizan al béisbol como deporte de conjunto?</p> <p>¿Cuál es el reglamento y los fundamentos del béisbol?</p>	<p>un equipo de béisbol empleen un lenguaje corporal (señas, gestos, etc.) para comunicarse entre ellos?</p>	<p>de técnicas y reglamento del beisbol?</p>	<p>participantes, etc., para rescatar sus saberes previos. Consulte información para corroborar lo anterior y, en equipo, realice un mapa mental sobre este deporte alternativo de conjunto, incluyendo técnica, reglamento y fundamentos.</p> <p>Observe un juego en televisión o video para identificar los datos del mapa mental y para interpretar el lenguaje corporal empleado entre los jugadores.</p> <p>Adapte o condicione de acuerdo a las posibilidades de la escuela, un área para practicar el béisbol.</p> <p>Organice equipos mixtos y participe en un juego de béisbol.</p> <p>Evalúe el desarrollo del juego apoyado de una lista de cotejo para calificar rasgos como: empleo de técnicas adecuadas (pitcheo, bateo, fildeo etc.); seguimiento del reglamento (uso del bate, de la protección, posiciones de juego, etc.), entre otros.</p> <p>Reporte por escrito las ventajas de asumir en forma responsable las técnicas y reglamentos.</p>
<p><b>BALOMPIÉ RÁPIDO</b></p>	<p>¿Qué es el balompié rápido?</p> <p>¿Cuáles son los elementos requeridos para la práctica del balompié rápido?</p>	<p>¿Qué diferencia hay entre el balompié el balompié rápido?</p>	<p>¿Qué necesidades satisface la práctica del balompié rápido como deporte alternativo?</p>	<p>Recuerde las técnicas, fundamentos y reglamento del balompié abordados en la Unidad II.</p> <p>En binas, pregunte a su compañero sobre su experiencia en el balompié rápido, y sobre las diferencias existentes entre este deporte y el balompié clásico.</p> <p>Considerando las respuestas de su compañero y con orientación del docente, determine si la forma (técnicas, fundamentos y reglamento) en que participa en ese tipo de juegos es la correcta.</p> <p>Prepare o condicione un área específica para jugar balompié rápido a partir de la experiencia anterior.</p> <p>Organice un evento de balompié rápido, iniciando por el llenado de la cédula que explicará el docente.</p> <p>Haga un cuadro de doble entrada en donde concentre los tres deportes alternativos propuestos en esta unidad, sus características, técnica, fundamentos, reglamento, habilidades que se logran desarrollar y las necesidades</p>





que satisfacen, en cuanto a salud mental, física y social.



## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Hand ball</i></li> <li>• Béisbol</li> <li>• Fútbol rápido</li> <li>• Deporte alternativo</li> <li>• Fundamentos y reglamento del <i>hand ball</i>, beisbol, fútbol rápido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conclusiones sobre la importancia del <i>hand ball</i>.</li> <li>• Collage de béisbol.</li> <li>• Mapa mental sobre béisbol</li> <li>• Condicionamiento del área para béisbol.</li> <li>• Lista de cotejo para juego de béisbol</li> <li>• Cuadro de doble entrada sobre el <i>hand ball</i>, béisbol y fútbol rápido.</li> <li>• Prácticas de <i>hand ball</i>, béisbol, futbol rápido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones</li> <li>• El grado de sensibilización logrado en si mismo y en las personas de su comunidad.</li> <li>• Integración en equipos.</li> </ul>



## UNIDAD VI. ACTIVIDADES RECREATIVAS

### Resultados de aprendizaje

#### En el nivel Atender, el alumno:

- Identificará las diferentes actividades al aire libre como es el campismo, senderismo y excursionismo; actividades de salón y clubes deportivos.

#### En el nivel Entender, el alumno:

- Conocerá las técnicas, reglamento y el equipo adecuado para la práctica de las actividades al aire libre, de salón y los llevados a cabo en clubes deportivos.

#### En el nivel Juzgar, el alumno:

- Reflexionará sobre las ventajas de practicar diversas actividades al aire libre, en sitios cerrados y en clubes deportivos.

#### En el nivel Valorar, el alumno:

- Conformará un club deportivo y asumirá su participación en éste con respeto y responsabilidad, valorando al deporte como agente socializador.
- Asumirá la importancia de las actividades al aire libre, actividades de salón, y clubes como formas de fortalecer el desarrollo físico, mental y social.

Horizonte de Búsqueda	Niveles de Operación de la Actividad Consciente Intencional			Actividades específicas de aprendizaje Que el alumno:
	Para la inteligencia	Para la reflexión	Para la deliberación	
<b>ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE</b>  Campismo  Senderismo  Excursionismo	¿Qué se entiende por actividad recreativa y cuáles son sus clases?  ¿Qué caracteriza a las actividades al aire libre?  ¿Qué es el campismo, senderismo y excursionismo?	¿Cuál es la diferencia entre Campismo, Senderismo y Excursionismo?	¿Por qué las actividades que se realizan en contacto con la naturaleza favorecen la salud mental, física y social?  ¿Por qué las actividades al aire libre implican respeto a la naturaleza?	Observe la película “Cuando el destino nos alcanza”, “Alas de libertad”, “la laguna azul” u otra en la que reflexione sobre la actitud del hombre hacia la naturaleza. En lluvia de ideas manifieste el tipo de actividades que le permiten al hombre tener contacto con la naturaleza. Participe en una lectura comentada sobre “Actividades recreativas”: tipos y características, formas de llevarlas a cabo, requerimientos, etc., relaciónelo con lo visto en el video y en la lluvia de ideas. Grupalmente determine qué tipo de actividad al aire libre le gustaría practicar (campismo, senderismo y excursionismo), atendiendo a la información obtenida en la lectura anterior, las posibilidades de realizarla y, sobre todo, a un objetivo en común. Realice una planeación para ponerla en práctica en su entorno inmediato o en algún otro lugar apropiado, donde incluya un itinerario, equipamiento básico, código de señalización, etcétera. Considere el reglamento, las medidas de seguridad y de supervivencia, para tomar decisiones en caso de alguna



				<p>emergencia. Lleve a cabo la actividad al aire libre. Reporte por escrito su experiencia en cuanto al tipo de relaciones producidas entre sus compañeros, las sensaciones sobre su estado físico y mental que le provocó la actividad al aire libre y el respeto que manifestó a la naturaleza</p>
<p><b>ACTIVIDADES DE SALÓN</b></p> <p>Ajedrez</p>	<p>¿Qué es el ajedrez?</p>	<p>¿Cuáles son las reglas que rigen una partida de ajedrez?</p> <p>¿Cómo se juega el ajedrez?</p>	<p>¿Qué valores se requieren para una sana participación en un juego de ajedrez?</p> <p>¿Cómo favorece el juego de ajedrez al pensamiento lógico?</p>	<p>Observe un tablero y piezas de un juego de ajedrez y mencione a cuál de éstas reconoce y dónde lo ha visto jugar. Atienda a la explicación del docente sobre el nombre y valor de cada pieza, los movimientos que se pueden realizar con ellas y las reglas que rigen una partida de ajedrez. En binas, lleve al aula un juego de ajedrez o elabore uno con material de desecho y cartulina. Practique por un lapso de tiempo pertinente, varias jugadas guiadas por el docente y apoyándose en algún sistema de anotación: algebraico o descriptivo. Revise su participación con un instrumento de autoevaluación que conteste a preguntas como: ¿Cuáles fueron las dificultades a las que me enfrenté? ¿Qué tanto acaté las normas y reglamentos del juego? ¿Qué valores pude reflejar en el desarrollo del juego? ¿Cómo asumí las consecuencias en mi toma de decisiones? ¿Cómo, el juego, favoreció el desarrollo del pensamiento lógico? ¿Qué tan suficientes y eficientes fueron las estrategias de pensamiento y habilidades para ganar las partidas? ¿Cuál fue el tipo de satisfacción personal que experimenté al ganar o perder el juego?, entre otras. Nota: de ser posible practique otros juegos de salón como: dominó, baile de salón, caras y gestos, ping pong, y bingo.</p>
<p><b>CLUB DEPORTIVO</b></p>	<p>¿Qué es un club deportivo?</p>	<p>¿Cómo se conforma un club deportivo?</p>	<p>¿Cuál es la importancia de la conformación y</p>	<p>Visite un club deportivo para obtener información sobre su estructura, funcionamiento, organización, etc. Lleve al aula la información obtenida y, grupalmente,</p>



		<p>¿Quiénes forman parte de un club deportivo?</p>	<p>participación en clubes deportivos?</p>	<p>analice cuál de los aspectos podría rescatar para la conformación de un club deportivo escolar, estableciendo los estatutos que se requerirán, con asesoría del docente.</p> <p>Analice las posibilidades y limitaciones de conformar un club deportivo en función de la infraestructura y los recursos necesarios para su constitución. Determine la o las disciplinas deportivas que es posible practicar en el club, realice una convocatoria para la constitución del mismo, con invitación a compañeros alumnos, padres de familia, profesores y público en general.</p> <p>Constituya el club deportivo y registre lo tratado en un libro de actas de acuerdos, para la primera y demás asambleas a las que se convoque.</p> <p>Elabore credenciales para los miembros del club.</p> <p>Establezca el funcionamiento del mismo y las comisiones pertinentes para hacer eficientemente las actividades que se promuevan durante la existencia del club deportivo.</p> <p>Redacte conclusiones sobre la importancia del deporte como agente socializador, que al formalizarlo en un club deportivo, permite reforzar las relaciones humanas, el intercambio cultural, convivir y contribuir a una mejor calidad de vida de la comunidad al estar abierta al público en general, es decir, fomenta y fortalece la participación social.</p>
--	--	--	--	---





## EVALUACIÓN

CONOCIMIENTOS	PROCESOS Y PRODUCTOS	DESEMPEÑO ACTITUDINAL CONSCIENTE
<p>El alumno demuestre la apropiación de lo siguiente:</p>	<p>El alumno evidencie los procesos y la obtención de los siguientes productos:</p>	<p>El alumno manifieste los siguientes valores y actitudes:</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar los conocimientos, teorías, principios o leyes tratados en el transcurso de la unidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reporte escrito sobre experiencia la practicar actividades al aire libre.</li> <li>• Datos registrados de un partido de ajedrez, en un sistema de anotación (algebraico o descriptivo)</li> <li>• Instrumento de evaluación sobre la participación en juego de ajedrez.</li> <li>• Estatutos, convocatoria y credenciales, del club deportivo.</li> <li>• Libro de acta de acuerdos del club deportivo.</li> <li>• Redacción de conclusiones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación, reflexión y crítica constructiva</li> <li>• Responsabilidad y compromiso con el trabajo personal y colaborativo.</li> <li>• Respeto.</li> <li>• Tolerancia.</li> <li>• Solidaridad</li> <li>• Toma de decisiones</li> <li>• El grado de sensibilización logrado en si mismo y en las personas de su comunidad.</li> <li>• Integración en equipos.</li> </ul>



## METODOLOGÍA

Si consideramos al método como: *El conjunto de operaciones recurrentes e interrelacionadas que producen resultados acumulativos y progresivos*, se plantea, desde una perspectiva humanista, una metodología que dirija la práctica docente en los cuatro niveles de conciencia del Método Trascendental a la activación de los procesos de enseñanza y de aprendizaje.

Para lograr esa activación, el profesor debe conducir en todo momento el aprendizaje hacia la autoapropiación del proceso por medio de la actividad consciente del alumno. El papel conductor del maestro consiste en la selección y ordenamiento correcto de los contenidos de enseñanza, en la aplicación de métodos apropiados, en la adecuada organización e implementación de las actividades, y en la evaluación sistemática durante los procesos de enseñanza y aprendizaje. Precisamente por eso, la metodología más que exponer y sistematizar métodos, se esfuerza en proporcionar al profesor los criterios que le permiten justificar y construir el método que responda a las expectativas educativas que cada situación didáctica le plantea.

En los programas, la metodología debe adecuarse a los cuatro niveles de conciencia del Método Trascendental:

**Atenta.** Que promueva la recuperación de datos conocimientos previos.

**Inteligente.** Que promueva la generación y manejo de datos y conceptos.

**Crítica.** Que promueva la generación de juicios de hechos y la participación crítica y reflexiva.

**Libre-responsable.** Que promueva la generación de juicios de valor, toma de decisiones.

### Criterios generales para convertir la práctica docente en:

<p><b>Atenta</b></p>	<p><b>El docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica el contexto social en que está inmersa la comunidad educativa.</li> <li>• Considera el horizonte actual de cada alumno: (conocimiento, contexto, habilidades, etc.)</li> <li>• Observa la diversidad cultural de los alumnos.</li> <li>• Detecta las necesidades educativas de la comunidad y de los actores que forman parte de ella.</li> <li>• Revisa los planes y programas de estudios.</li> <li>• Ubica el curso en relación con el plan de estudios, la organización de la institución (aspectos operativos), y las características y expectativas del grupo.</li> <li>• Reconoce las propias competencias.</li> </ul>
<p><b>Inteligente</b></p>	<p><b>El docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Propone los resultados de aprendizaje del curso con base en el análisis del entorno (horizonte global).</li> <li>• Planea cada sesión o secuencia didáctica (las actividades) para hacer eficiente el proceso educativo, fortaleciéndolas con investigación o consultas a diversas fuentes de información que le permiten afianzar el manejo de contenidos y facilitan las actividades del aula.</li> <li>• Diseña técnicas grupales que propician el trabajo colaborativo.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motiva al alumno, a través de estrategias que logran despertar su interés.</li> <li>• Selecciona previamente los materiales (lecturas, copias u otros) para el trabajo de cada sesión.</li> <li>• Promueve la interdisciplinariedad.</li> <li>• Guía los procesos en forma contingente.</li> <li>• Entiende la función docente como guía, orientación, acompañamiento.</li> </ul>
<p><b>Crítica</b></p>	<p><b>El docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Establece relaciones interpersonales adecuadas, que estimulan la apropiación de conceptos, significados y valores.</li> <li>• Ejerce su papel de mediador, orientador, facilitador y guía.</li> <li>• Fortalece las habilidades, destrezas y actitudes de los estudiantes logrando su autonomía.</li> <li>• Analiza las situaciones que obstaculizan o impiden el logro de los objetivos.</li> <li>• Evalúa en forma continua los conocimientos procesos, productos y el desempeño actitudinal consciente (alumno_ docente) con instrumentos apropiados que le permiten tomar decisiones oportunas.</li> </ul>
<p><b>Libre - Responsable</b></p>	<p><b>El docente:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoevalúa periódicamente su práctica docente.</li> <li>• Delibera sobre los resultados del proceso educativo asumiendo su responsabilidad.</li> <li>• Se reconoce como sujeto de aprendizaje y propone innovaciones a los procesos de enseñanza y aprendizaje.</li> <li>• Valora la importancia de los procesos de enseñanza y aprendizaje como medios para favorecer el crecimiento y desarrollo del ser humano.</li> </ul>



## EVALUACIÓN

Como parte del proceso de aprendizaje, la evaluación se realiza antes de iniciar la implementación del programa de estudios. La Evaluación Diagnóstica tiene la finalidad de detectar las necesidades específicas de los estudiantes, de acuerdo al contexto y además, señala pautas para la adecuada planeación didáctica por parte del docente. El resultado de esta evaluación no se traduce en una calificación para el alumno, sino en fortalezas y oportunidades de aprendizaje, asimismo, se realiza al inicio de cada semestre de manera obligatoria.

En las secuencias didácticas que se presentan como modelo para cada horizonte de búsqueda, hay sugerencias implícitas o explícitas para realizar la Coevaluación y la Autoevaluación que permiten desarrollar las competencias de los estudiantes y al mismo tiempo, arrojan datos sobre la calidad y cantidad de los resultados de aprendizaje que se van alcanzando, es decir, se aplican los fundamentos de la Evaluación Formadora.

La heteroevaluación continua aporta información importante tanto para el docente como para el estudiante, permite la retroalimentación y por ello incide tanto en el proceso de enseñanza como en el de aprendizaje.

El Modelo de Evaluación para Bachillerato General Estatal (MOEVA) establece que la evaluación se realizará en tres ejes:

- Conocimientos, que se refiere a la dominación y apropiación de hechos, definiciones, conceptos, principios, ideas, datos, situaciones, teorías, postulados.
- Procesos y Productos, evalúa la calidad de los procesos en la autoconstrucción del aprendizaje, evidenciando los mismos en productos concretos.
- Desempeño Actitudinal Consciente, evalúa las actividades racionales que realiza el estudiante de manera intencional en las que están presentes las actitudes que permiten la asunción de valores y la personalización de las normas hacia una progresiva y auténtica humanización del hombre.

Cada eje tiene precisados, como puede verse en cada columna del apartado de evaluación de cada unidad, los elementos que pueden evaluarse, para que de manera integral se dé lugar a la Evaluación Sumativa.

### Instrumentos sugeridos:

Los siguientes instrumentos pueden utilizarse dependiendo del énfasis que pretenda darse a cada eje de evaluación. Para mayor referencia se recomienda acudir al Manual del MOEVA.

#### Conocimientos

Uno o varios de los siguientes instrumentos:

Escala valorativa ordinal, Escalas valorativa numérica, Prueba objetiva, Exposición oral, Resolución de problemas, Mapa mental, Mapa conceptual, Lista de palabras, Tabla lógica.

#### Procesos y productos

Uno o varios de los siguientes instrumentos:

V Heurística, Método de casos, Proyecto parcial de unidad, Diario de asignatura, Portafolios de productos, Lista de cotejo de productos, Reportes escritos, Cuadernos de trabajo, Periódicos murales, Rejillas de conceptos, Cuadros de doble entrada, Cuadros sinópticos, Fichas de trabajo (síntesis y/o resumen), Estudios de campo, Dibujos y/o collages.



### Desempeño Actitudinal Consciente

Uno o varios de los siguientes instrumentos:

Guía de observación, Entrevista dirigida semiestructurada, Encuestas, Registro acumulativo, Lista de control, Escala de Likert, Escala de Thurstone, Escala de producción, Rúbrica.

## LISTA DE REFERENCIA

### Bibliografía Básica

- ASTRAND, Olof. (1985). *Fisiología del Trabajo Físico*. Argentina. Ed. Panamericana.
- BRAVO B. César A. (1983). *Evaluación del rendimiento Físico*. 2ª. Edición, México. Ed. Didáctica Moderna.
- CONADE. (1996). *Manual para el entrenador I. Sistema de capacitación y certificación para entrenadores deportivos*. SEP, México.
- CONADE. (1997). *Manual para el entrenador II. Sistema de capacitación y certificación para entrenadores deportivos*. SEP, México.
- Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. (2004). Documentos de la Dirección de Activación Física y Recreación Deportiva.
- DGB. Manual para las actividades deportivo recreativas. Documento mimeografiado. SEP. S/F.
- GARCÍA M., J. M., et al, (1996). *Planificación del Entrenamiento Deportivo*. España. Ed. Gymos.
- FMJDAT (2002), *Juegos y deportes autóctonos y tradicionales de México*. México, Federación Mexicana de Juegos y Deportes Autóctonos y Tradicionales de México/CODEME.
- JIMÉNEZ Vélez, J. Carlos. (2005). *Lúdica, Cuerpo y Creatividad: Construyendo nuevos significados para la Educación Física y Artística*. 2ª. Edición. Colombia. Ed. Cooperativa editorial magisterio.
- MATVEV. L. P. (1983). *Fundamentos del entrenamiento deportivo*. Moscú, URSS. Ed. Raduga.
- MENDOZA Arrieta, Eduardo y Martínez García, Gastón. (1999). *Educación Física. 3er. Grado. Educación Secundaria*. México. Ed. Cultura Deportiva.
- MORALES Córdoba, Jesús. (1991). *Manual de recreación Física*. México. Ed. Limusa.
- VARGAS, René. (1990). *Teoría del Entrenamiento – Diccionario de conceptos*, México, UNAM.
- WEINECK, J. (1983). *Manual de entrenement*. Paris editions Vigot.

### Bibliografía Complementaria

- SICCED (Sistema de Capacitación Certificación de entrenadores Deportivos )
  - Nivel 1 Área Teórica.*
  - Nivel 2 Área Teórica.*
  - Nivel 3 Atletismo*
  - Nivel 3 Básquetbol*
  - Nivel 3 Fútbol*





*Nivel 3 Voleibol*  
*Nivel 5 Área Teórica.*

### Recursos Web

- <http://www.futsala.com/doblepenalti> 06 de noviembre de 2009
- <http://www.rena.edu.ve/SegundaEtapa/deporte/elatletismo.html>. 06 de noviembre de 2009
- <http://www.naos.aesan.msc.es/csym/piramide/> 06 de noviembre de 2009

