

SEP



EDUCACIÓN FÍSICA I

SERIES
PROGRAMAS DE ESTUDIOS



Vivir Mejor

SECRETARIA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
SUBSECRETARIA DE EDUCACION MEDIA SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DEL BACHILLERATO

SERIES: PROGRAMAS DE ESTUDIO

SEMESTRE | PRIMERO
TIEMPO ASIGNADO | 60 Horas

SERVICIOS ESCOLARES
EDUCACIÓN FÍSICA

ÍNDICE

CONTENIDO	PÁGINA
Fundamentación	4
Ubicación de Educación física en el plan de estudios	6
Distribución de bloques	7
Competencias genéricas	8
Bloques	
Bloque I Educación Física	9
Bloque II Deportes básicos	12
Bloque III Escolta	15
Créditos	18
Directorio	19

FUNDAMENTACIÓN

La Educación Media Superior (EMS) en México enfrenta una transformación Educativa en busca de una calidad que comprende los rubros de cobertura, equidad, eficacia, eficiencia y pertinencia. Esto implica “actualizar los programas de estudio, sus contenidos, materiales y métodos para elevar su pertinencia y relevancia en el desarrollo integral de los estudiantes y fomentar en éstos el desarrollo de valores, habilidades y competencias para mejorar su productividad y competitividad al insertarse en la vida económica”¹ esto responde a las nuevas dinámicas sociales y productivas.

Uno de los principales retos del Sistema Educativo Nacional es “formar a sus futuros ciudadanos como personas, como seres humanos conscientes, libres, irremplazables, con identidad, razón y dignidad, con derechos y deberes, creadores de valores y de ideales”².

Es por ello que la Reforma Integral de la Educación Media Superior está orientada a la construcción de un Sistema Nacional de Bachillerato (SNB) en un marco de diversidad y se desarrolla en torno a cuatro ejes: la construcción e implantación de un Marco Curricular Común (MCC) con base en competencias, la definición y regulación de las distintas modalidades de oferta de la EMS. La instrumentación de mecanismos de gestión que permitan el adecuado tránsito de la propuesta, y un modelo de certificación de los egresados del SNB.

Con relación al enfoque por Competencias es “la integración de habilidades, conocimientos y actitudes en un contexto específico”³ es decir “la capacidad adaptativa cognitivo-conductual para desempeñarse frente a las demandas que se presentan en contextos diferenciados con distintos niveles de complejidad. Es un saber para poder hacer, ser y vivir en sociedad”⁴.

¹ Plan Nacional de Desarrollo 2007-2012

² Programa Sectorial de Educación 2007-2012

³ Resumen Ejecutivo. La Reforma Integral de la Educación Media Superior. 2008

⁴ FRADE Rubio Laura. Desarrollo de competencias en educación: desde preescolar hasta el bachillerato. 2008

EDUCACIÓN FÍSICA I

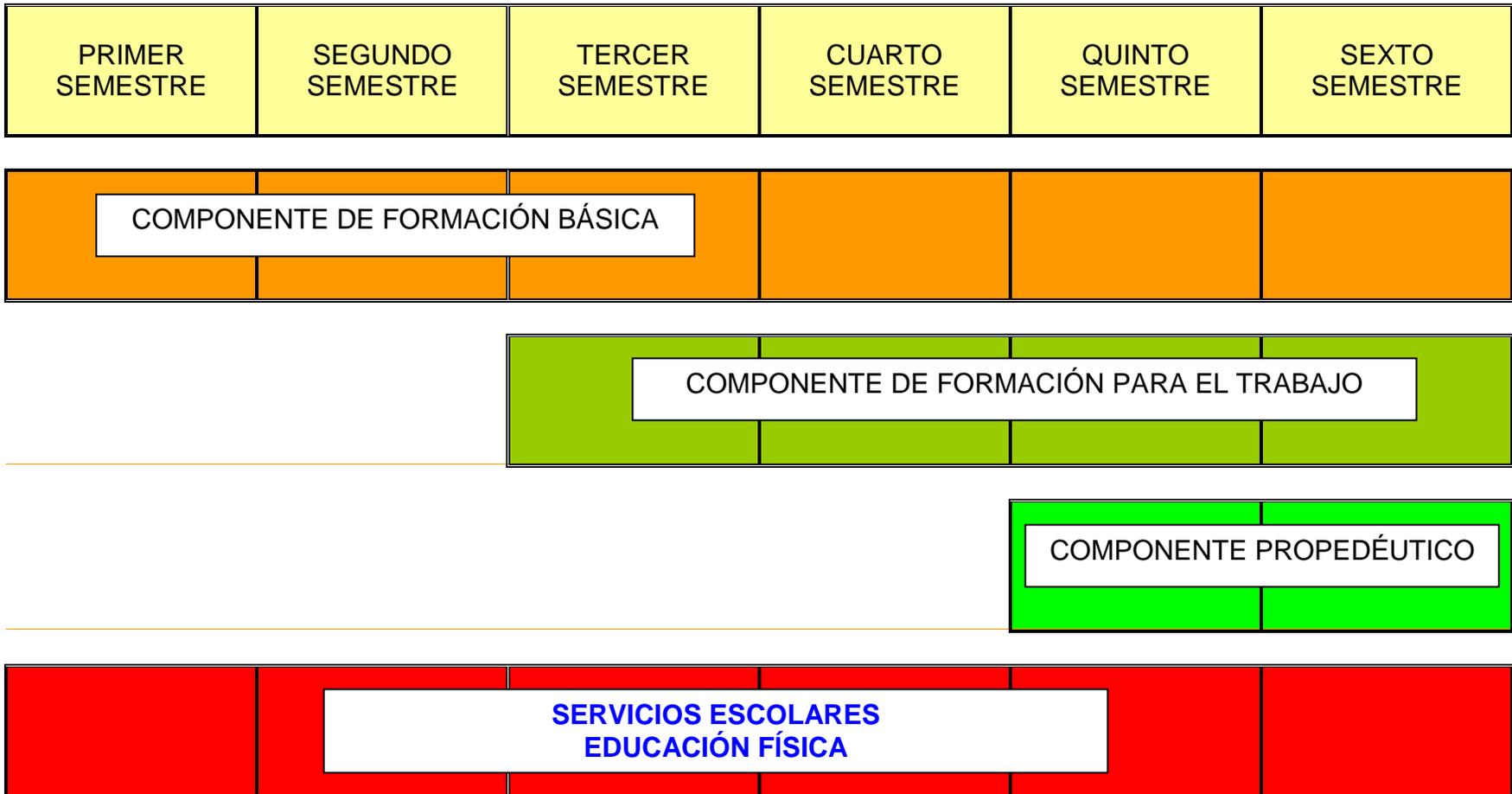
Al reconocer que las competencias implican desarrollar en los estudiantes la capacidad de captar el mundo circundante, ordenar sus impresiones, comprender las relaciones que se suscitan entre los hechos que observan y actuar en consecuencia. Se deberá promover saberes transversales susceptibles de ser empleados en la vida cotidiana, que se manifiesten en la capacidad de resolución de problemas dentro y fuera del contexto escolar.

Para lograr los objetivos del Plan Nacional de Desarrollo y del Programa Sectorial de Educación 2007- 2012, el Colegio de Bachilleres del Estado de Veracruz (COBAEV) inicia el proceso de Reforma Integral de la Educación Media con la alineación de los Programas de los Servicios Escolares, entre ellos Educación física.

En la actualidad la salud es un tema primordial en nuestro país, los malos hábitos alimenticios, el sedentarismo, el desconocimiento y la poca promoción de la cultura física y el deporte han ubicado a México como uno de los países que presenta mayor índice de obesidad en el marco mundial; aumentado con esto de manera considerable el desarrollo de las enfermedades crónico-degenerativas, quienes representan una de las principales causas de mortalidad en nuestra población.

Por lo anterior el Programa de Educación física se centrará en brindar al alumno las herramientas que lo lleven a desarrollar habilidades y destrezas relacionadas con la Cultura física, además de ser un espacio que contribuya a la adopción de valores y al desarrollo de actitudes para la vida en sociedad.

UBICACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EL PLAN DE ESTUDIOS



DISTRIBUCIÓN DE BLOQUES

Los bloques que componen el programa de Educación Física son:

BLOQUE I Educación Física

BLOQUE II Deportes básicos

BLOQUE III Escolta

EDUCACIÓN FÍSICA I

Las competencias genéricas son aquellas que todos los bachilleres deben estar en la capacidad de desempeñar, y les permitirán a los estudiantes comprender su entorno (local, regional, nacional o internacional) e influir en él, contar con herramientas básicas para continuar aprendiendo a lo largo de la vida, y practicar una convivencia adecuada en sus ámbitos social, profesional, familiar, etc., por lo anterior estas competencias son consideradas en el Perfil del Egresado del Sistema Nacional de Bachillerato.

A continuación se enlistan las competencias genéricas:

COMPETENCIAS GENÉRICAS	Bloques de aprendizaje			
	1	2	3	4
1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.	X	X	X	x
2. Es sensible al arte y participa en la apreciación e interpretación de sus expresiones en distintos géneros.				
3. Elige y practica estilos de vida saludables.	X	X	X	X
4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.				
5. Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.				
6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.				
7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.	X	X	X	X
8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.	X	X	X	X
9. Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.				
10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.				
11. Contribuye al desarrollo sustentable de manera crítica, con acciones responsables.				

EDUCACIÓN FÍSICA I

Bloque	Nombre del bloque	Tiempo asignado
I	Educación Física	
Desempeño de los estudiantes al concluir el bloque		
<p>Identifica las generalidades de la Educación Física. Analiza su historia y desarrollo. Identifica y analiza las capacidades físicas .</p>		
Objetos de aprendizaje		Competencias a desarrollar
<p>1.1 Educación Física</p> <p> Generalidades</p> <p> Historia, evolución y desarrollo</p> <p>1.2 Capacidades Físicas</p> <p> Fuerza</p> <p> Velocidad</p> <p> Resistencia</p> <p> Flexibilidad</p> <p> Coordinación</p>		<p>Elabora un resumen, esquema, y síntesis que le permitan evidenciar de forma clara y precisa sus intereses, conocimientos, ideas y dudas acerca de la Educación Física y las capacidades Físicas Básicas.</p>

EDUCACIÓN FÍSICA I

Actividades de enseñanza	Actividades de aprendizaje	Instrumentos de evaluación
<p>Organizar a los alumnos en pequeños equipos cooperativos para que realicen una discusión sobre los objetos de aprendizaje considerados en el bloque.</p> <p>Coordinar una investigación individual sobre la educación Física (Origen, historia, evolución y estado actual) y las capacidades Físicas.</p> <p>Sortear el orden de participación para exponer los trabajos de investigación</p> <p>Proyectarles un video acerca de la Historia de la Educación física.</p> <p>Motivar al grupo para que participen en los juegos.</p>	<p>Discutir el concepto</p> <p>.</p> <p>Elaborar un resumen.</p> <p>Exponer los trabajos.</p> <p>Observación y análisis.</p> <p>Participación de los alumnos</p>	<p>Participación del alumno.</p> <p>Rubrica Holística</p> <p>Investigación de la Educación física y las capacidades Físicas.</p> <p>Exposición</p> <p>Juegos</p> <p>.</p> <p>Portafolio de Evidencias</p> <p>Autoevaluaciones y coevaluaciones.</p>

Material didáctico

Papel bond
Plumones
Masking-tape
Papel cascaron
Plastilina

Fuentes de consulta

- “manual de educación física y deportes” Multilatina 2006
- “manual de educación física y deportes” Océano 2004
- Frédéric Delavier , “Guía de los Movimientos de Musculación ” Paidotribo 2006

EDUCACIÓN FÍSICA I

Bloque	Nombre del bloque	Tiempo asignado
II	Deportes Básicos	
Desempeño de los estudiantes al concluir el bloque		
Describe los deportes Básicos		
Identifica sus diferencias.		
Ejecuta juegos predeportivos.		
Objetos de aprendizaje	Competencias a desarrollar	
2.1 Atletismo	Distingue las acciones fundamentales de cada deporte mediante la aplicación de juegos predeportivos.	
2.2 Baloncesto		
2.3 Béisbol		
2.4 Fútbol		
2.5 Voleibol		

Actividades de enseñanza	Actividades de aprendizaje	Instrumentos de evaluación
Indagar los conocimientos y habilidades previas de los alumnos con respecto a los objetos de aprendizaje considerados en el bloque.	Participar en lluvia de ideas.	Participación del alumno.
Coordinar una investigación individual sobre los deportes básicos	Elaborar trabajo de investigación	<p>Rubrica Holística</p> <p>Investigación</p>
Organizar una mesa redonda para discutir y enriquecer los trabajos	Unificar criterios y construir conceptos.	<p>Rubrica Analítica</p>
Proyectarles un video o presentarles diapositivas acerca de los deportes básicos	.Observación y análisis	Aplicación del juego
Solicitar por equipos una demostración práctica representando situaciones específicas de los deportes básicos utilizando el juego predeportivo.	Aplicación del juego y coevaluación.	

Material didáctico		
Papel bond Plumones Maskig-tape Material impreso		
Fuentes de consulta		
<ul style="list-style-type: none">• José Luis Cervantes Guzmán “juegos pre-deportivos, iniciación al deporte” trillas 2004• “manual de educación física y deportes” Multilatina 2006• “manual de educación física y deportes” Océano 2004• Reglamento oficial		

Bloque	Nombre del bloque	Tiempo asignado
III	Escoltas	
Desempeño de los estudiantes al concluir el bloque		
Describe una Escolta		
Identifica los integrantes de una Escolta		
Analiza los pasos y evoluciones		
Ejecuta una rutina		
Objetos de aprendizaje	Competencias a desarrollar	
3.1. Formación de la Escolta	Realiza una rutina de la escolta, desarrollando sus habilidades, aptitudes y destrezas, que demuestren su capacidad para realizar los pasos y ejecuciones.	
3.2. Protocolo de entrega		
3.3. Posiciones básicas		
3.4. Tipos de pasos		
3.5. Evoluciones		

EDUCACIÓN FÍSICA I

Actividades de enseñanza	Actividades de aprendizaje	Instrumentos de evaluación
<p>Indagar los conocimientos y habilidades previas de los alumnos con respecto a los objetos de aprendizaje considerados en el bloque.</p> <p>Coordinar una investigación individual sobre los pasos y ejecuciones</p> <p>Organizar las ponencias de los trabajos</p> <p>Proyectarles un video o presentarles diapositivas acerca de las evoluciones de una escolta</p> <p>Solicitar por equipos una demostración práctica de utilizando los pasos y evoluciones.</p>	<p>Participar en lluvia de ideas.</p> <p>Elaborar trabajo de investigación</p> <p>Unificar criterios y construir conceptos.</p> <p>Analizar sus fortalezas y debilidades en sus técnicas para mejorar su desempeño.</p> <p>Ejecutar lo mejor que puedan las evoluciones.</p>	<p>Participación de los alumnos.</p> <p>.</p> <p>Rubrica Holística</p> <p>Trabajo de investigación.</p> <p>Descripción escrita sobre su rutina</p> <p>Rubrica Analítica</p> <p>Demostración práctica con una rutina</p>

EDUCACIÓN FÍSICA I

Material didáctico

Papel bond
Plumones
Maskig-tape
Material impreso

Fuentes de consulta

- Reglamento oficial de Escoltas de educación Básica

CRÉDITOS

En los trabajos de alineación de este programa participaron:

Docentes

LEF. Víctor Rogelio León Ordoñez Plantel 04 Agua Dulce

LEF. Felipe de Jesús Rodríguez Martínez Plantel 34 Nanchital

LEF. Gabriel González García Plantel 26 allende Coatzacoalcos

LEF. Jaime Escobar Sánchez Plantel 17 Jaltipan

Mtro. Emilio Manuel López Valencia
Jefe de Materia de Educación Física

DIRECTORIO

MTRO. ANTONIO FERRARI CAZARÍN
Director General del COBAEV

DOCTOR ARMANDO SAVARIZ VIDANA
Director Académico del COBAEV

LIC. MARTHA ELENA CORONEL YÁÑEZ
Jefa del Departamento de Servicios Docentes

MTRO. EMILIO MANUEL LÓPEZ VALENCIA
Jefe de Materia de Educación Física