



GOBIERNO DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN



Estándares de Contenido y Expectativas de Grado
Programa de Educación Física
2011

ESTÁNDARES DE CONTENIDO Y EXPECTATIVAS DE GRADO

Educación Física

2011

**Derechos Reservados
Conforme a la Ley
Departamento de Educación de Puerto Rico**

NOTIFICACIÓN DE POLÍTICA PÚBLICA

El Departamento de Educación no discrimina por razón de raza, color, género, nacimiento, origen nacional, condición social, ideas políticas o religiosas, edad o impedimento en sus actividades, servicios educativos y oportunidades de empleo.

NOTA ACLARATORIA

Para propósitos de carácter legal en relación con la Ley de Derechos Civiles de 1964, el uso de los términos maestro, director, supervisor, estudiante y cualquier otro que pueda hacer referencia a ambos géneros, incluye tanto al masculino como al femenino.

Mensaje del Secretario

ESTÁNDARES DE CONTENIDO Y EXPECTATIVAS DE GRADO

El Departamento de Educación de Puerto Rico tiene el compromiso de desarrollar una agenda académica dirigida a alcanzar el desarrollo óptimo del estudiante, de manera que se contribuya a la formación de los jóvenes en todas sus dimensiones. En este proceso es importante el desarrollo del conocimiento y sus competencias académicas, los aspectos éticos y morales, así como la dimensión social, emocional y física del educando.

La ley de Educación Elemental y Secundaria (ESEA) de 1965, según enmendada y reautorizada por la Ley 107-110 “No Child Left Behind” (NCLB) de 2011, establece la necesidad de que el estado desarrolle los estándares que guiarán la formación del alumno. Los estándares son indicadores que tienen el propósito de identificar los fundamentos esenciales de cada área académica que contribuyen al logro de una educación de calidad. Son documentos normativos que facilitan la integración de las diferentes disciplinas de estudio y sirven de guía para dirigir los cambios curriculares. Además, son esenciales al evaluar cuán efectivo es el sistema educativo y crean las bases para propiciar los cambios y adaptaciones que deben realizar el estudiante en la transición de su vida escolar a su vida laboral.

En este documento se presentan los estándares de contenido y las expectativas de cada grado. Las expectativas se definen como los aspectos particulares del estándar, tales como destrezas y actitudes específicas. Se presentan con suficiente amplitud, profundidad y rigor para propiciar que el estudiante alcance los parámetros de cada estándar. De esa forma, las expectativas definen las competencias que el educando debe poseer como resultado del proceso de aprendizaje. El aprendizaje básico que todo alumno debe alcanzar en su grado al finalizar cada año escolar.

Con el estudiante como eje de todas las iniciativas académicas, nos hemos dado a la tarea de revisar los estándares y expectativas de cada grado para garantizar que la enseñanza en la sala de clases responda a sus necesidades. La colaboración y el trabajo en equipo produjeron este documento en el que la aportación de los directores de programa, supervisores, facilitadores docentes, maestros y profesores universitarios fue fundamental. El uso adecuado y consistente de este material en la planificación diaria garantizará la excelencia educativa a la que todos aspiramos.

El documento de Estándares de Contenido y Expectativas por Grado (2011) tendrá efectividad inmediata. Constituirá la base de la gestión académica del Departamento de Educación en todas las disciplinas y sustituye los Estándares de Excelencia del año 2000 y el Marco Curricular del año 2003.

Los exhorto a estudiar e integrar este documento a su quehacer educativo para seguir contribuyendo a formar al ciudadano del mañana.


Jesús M. Rivera Sánchez, Ed. D.
Secretario

JUNTA EDITORA

Jesús M. Rivera Sánchez, Ed. D.
Secretario de Educación

Grisel Muñoz Marrero, Ph. D.
Subsecretaria para Asuntos Académicos

Migdalia Rosado Rosado, Ed. D.
Secretaria Auxiliar Interina
Servicios Académicos y Servicios Educativos a la Comunidad

Prof. Raúl E. Colón Torres
Director
Programa de Educación Física

COLABORADORES

Agradecemos la colaboración que brindaron los maestros, facilitadores, supervisores y asesores, quienes con su compromiso y dedicación hicieron posible la realización de este documento.

Asesores

Vanessa M. Bird Arizmendi, Ph.D.JD.
Universidad Interamericana de Puerto Rico
Facultad de Educación

Luis A. Rivera Alejandro, MA.
Maestro Jubilado Especialista en Currículo
Educación Física

Maestros de Educación Física

Maribel Atanasio
Escuela María R. Rodríguez

Jaime A. Haddock Jiménez
Escuela Lorenzo Vizcarrondo

Lourdes Báez Muñoz
Escuela Dr. Clemente Fernández

María J. Iglesias Díaz
Escuela Dr. Clemente Fernández

Lizzette Berríos Otero
Escuela Adolfina Irizarry de Puig

Gary López Rivera
Escuela Rafael N. Coca

Cindaly Cancel Negrón
Escuela María Martínez

Moraima Padilla Beltrán
Escuela Bernarda Robles de Hevia

Edwin Galarza Vázquez
Escuela S.U. Jaguar Adentro

Yolanda Salamán Figueroa
Escuela Adela Rolón Fuentes

Axel Sánchez
Escuela Rexville Intermedia

Coordinadora de la revisión del documento

Cecilia James Soto, MA.
Programa de Educación Física
Departamento de Educación

Validación del Documento

Joseline Collazo Colón
Escuela Julio Sellés Sóla

Luis Colón
Escuela Juan I. Vega

Javier Cotto Martínez
Escuela Ana D. Flores

Fernando García Sierra
Escuela Arturo Morales Carrión

José Jiménez Alméstica
Escuela Inés María Mendoza

Vanesa López Méndez
Escuela Eugenio María de Hostos

Jéssica Maldonado
Escuela Arturo Somohano

Olga V. Matos Nieves
Maestra de Kindergarten
Escuela S.U. Sabana Hoyos

Harry Olivero Rodríguez
Escuela Sotero Figueroa

Wanda I. Pérez Martínez
Educación Física Adaptada
Escuela Fair View

Belmarie Rivera Monzón
Escuela Antonio S. Pedreira

Brigitte Salim Nevárez
Escuela Nemesio R. Canales I

Jorge Luis Tanco
Escuela Bolívar Pagán

Iris M. Vale Valentín
Escuela Marcelino Rodríguez Román

Corrección del Contenido

Profa. Cecilia James Soto
Profa. Moraima Padilla Beltrán
Prof. Edwin Galarza Vázquez
Prof. Axel Sánchez
Prof. Ángel David Lahoz Arroyo

TABLA DE CONTENIDO

Notificación de Política Pública.....	i
Nota Aclaratoria	
Mensaje del Secretario.....	ii
Junta Editora.....	iii
Colaboradores	v
Validación del Documento.....	v
Tabla de Contenido.....	vi
Introducción	1
Antecedentes	1
Aportación de la Educación Física en el Currículo Escolar	5
Comentarios a los Maestros de Educación Física.....	6
Función de los Estándares de Contenido.....	7
Descripción General de los Estándares de Contenido	8
Estándares de Contenido y Expectativas de Grado.....	12
Kindergarten.....	13
Primer Grado	18
Segundo Grado	23
Tercer Grado	29
Cuarto Grado.....	35
Quinto Grado	41
Sexto Grado	47
Séptimo Grado.....	54
Octavo Grado	62
Noveno Grado	70
Décimo Grado	78
Undécimo Grado	84
Duodécimo Grado.....	91
Glosario	99

Apéndice A: Descripción del Enfoque Curricular	104
Apéndice B: Categorización de los Conceptos o Propósitos de Movimiento	110
Apéndice C: Organigrama del Enfoque Curricular	117
Apéndice D: Tabla Comparativa	118
Apéndice E: Deportes: Edades para Inicio, Especialización y Desarrollo.....	119
Apéndice F: Clasificación de Movimientos por área.....	121
Apéndice G: Cateogías de Procesos en el Movimiento	123
Apéndice H: Destrezas de Pensamiento.....	125
Apéndice I: Modelo para el Desarrollo de Valores	127
Apéndice J: Verbos de Acción de las Taxonomías	129
Apéndice K: Niveles de Profundidad del Conocimiento	130
Apéndice L: Desarrollo de Destrezas del Pensamiento	132
Apéndice M: Desarrollo de Valores.....	134
Apéndice N: Estrategias de “Assessment”	135
Apéndice O: Tablas de “Assessment” en el Salón de Clases.....	138
Apéndice P: Énfasis de Conceptos por Grados.....	141
Referencias.....	156
Recursos de Internet.....	158

INTRODUCCIÓN

Antecedentes

En las pasadas dos décadas, la educación norte americana y por ende, la educación en Puerto Rico, ha experimentado una reforma sin precedente. Esta reforma es un esfuerzo por asegurar que los graduados de las escuelas secundarias estén bien preparados para participar efectivamente en la sociedad y que puedan competir en la economía global. Más aún, que cuenten con los conocimientos, las destrezas y la disposición necesaria para adoptar estilos de vida activos y saludables. Para alcanzar esta visión, el Gobierno Federal de los Estados Unidos propició el establecimiento de las Metas 2000 a través de "Educate American Act" del año 1994. Por su parte, las organizaciones profesionales identificaron criterios para la selección de contenidos en las distintas disciplinas académicas. Esto dio inicio al uso de estándares en los procesos de reforma educativa en la esfera estatal y federal.

Posteriormente, en el año 2001, el Gobierno Federal aprueba el Acta "No Child Left Behind"(NCLB) para atender las discrepancias y cerrar la brecha en oportunidades entre estudiantes, por motivo de raza, nacionalidad, capacidad física o mental o por consideraciones de naturaleza económica. La Ley NCLB no regula específicamente la educación física, pero tiene implicaciones para los educadores en todas las asignaturas del currículo educativo. Esta Ley requiere que las escuelas evidencien de forma consistente, incrementos en el aprovechamiento académico de todos los estudiantes y enfatiza en que ningún niño quede rezagado en cuanto a su aprendizaje, en ninguna disciplina, incluyendo la educación física.

La "National Association for Sport and Physical Education" (NASPE), adscrita a la "American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance," ha desempeñado un papel fundamental en la publicación y diseminación de los estándares para la educación física desde hace más de una década. En el 1992, se publica el "Outcomes of Quality Physical Education Programs" como una guía para el ofrecimiento de programas de educación física de calidad. En el año 1995, se publica "Moving into the Future: National Standards for Physical Education", en la que expande la publicación del 1992 e incluye una guía para evaluar el aprendizaje. La segunda edición de dicho documento, publicada en el año 2004, surge en respuesta a la experiencia adquirida en la implementación de los primeros estándares y a los cambios en la sociedad. Además, recoge el producto de un proceso de discusión amplio por parte de educadores, administradores y líderes de la profesión.

En Puerto Rico, paralelamente, se lleva a cabo un proceso de ratificación de los estándares promulgados por la *NASPE*. Se traducen, revisan y adaptan a las circunstancias y Metas del Programa de Educación Física del Sistema Público de Enseñanza. El Departamento de Educación de Puerto Rico publica el documento Estándares del Programa de Educación Física en el año 1996, en el que se integran como contenido los conceptos de movimiento del modelo curricular vigente.

Bajo el nombre de Estándares de Excelencia, se establecen y publican en el año 2000 los estándares de contenido y de “assessment” por niveles. En el año 2006, se formulan las expectativas de aprendizaje por grado, según los estándares de contenido previamente establecidos.

La Secretaría de Asuntos Académicos dirige durante el mes de junio de 2007 la revisión y actualización de los documentos de estándares y expectativas de aprendizaje por grado para todos los programas académicos, incluyendo el de educación física. El propósito de la revisión es desarrollar las nuevas especificaciones dirigidas a las Pruebas Puertorriqueñas de Aprovechamiento Académico (PPAA), para que sean compatibles con los nuevos documentos de estándares de excelencia y las expectativas de aprendizaje por grado de los diferentes programas.

El nuevo documento de Estándares del Programa de Educación Física servirá como instrumento para el desarrollo profesional de los especialistas de esta asignatura. A diferencia de las versiones anteriores, en esta edición se detallan las expectativas esenciales por grado para cada uno de los cinco estándares de contenido. El maestro identificará modos de “assessment” para cada expectativa propuesta, que puedan ser de utilidad para evaluar el aprendizaje de sus estudiantes.

Programa de Educación Física de Alta Calidad

Los Programas de Educación Física de Alta Calidad incluyen los siguientes componentes: contenido significativo, oportunidad para aprender y enseñanza apropiada, de acuerdo con las guías provistas por *NASPE* y a tenor con los requerimientos de la Ley NCLB.

Los siguientes son criterios de calidad a seguir:

Contenido Significativo

- Enseñanza de una variedad de destrezas motoras diseñadas para aumentar el desarrollo físico, mental, social y emocional de cada estudiante.

- Enseñanza de los componentes de la aptitud física, relacionados a la salud y los modos de evaluarla para ayudar a los estudiantes a entender, mejorar o mantener su bienestar físico.
- Desarrollo de conceptos cognoscitivos, relacionados con las destrezas motoras y el bienestar físico.
- Oportunidades para mejorar las destrezas sociales, cooperativas y adquirir una perspectiva multicultural.
- Énfasis en la promoción de la participación regular en la actividad física apropiada, desde los primeros años de escuela y a través de toda la vida.
- Currículo basado en los pronunciamientos de organizaciones profesionales (NASPE) y de documentos del Programa con base empírica y científica reconocida.

Oportunidad para Aprender

- Períodos de clase con un mínimo de ciento cincuenta (150) minutos por semana en el nivel elemental y de doscientos veinticinco (225) minutos por semana en el nivel secundario.
- Enseñanza por especialistas de la educación física cualificados y certificados.
- Programas apropiados a las etapas de desarrollo del estudiante.
- Equipo e instalaciones adecuadas y seguras.
- Programas fundamentados en postulados teóricos y pronunciamientos de organizaciones profesionales reconocidas.

Enseñanza Apropiada

- Incluir a todos los estudiantes en las actividades de aprendizaje.
- Maximizar la oportunidad de practicar la actividad física en la clase.
- Preparar lecciones bien diseñadas que faciliten el aprendizaje del estudiante.
- Asignar tareas para el hogar que apoyen el aprendizaje de actividades físicas y promuevan hábitos que trasciendan la escuela, a través de toda la vida.
- No usar la actividad física como castigo.

- Usar el “assessment” regularmente para monitorear, reforzar y planificar el aprendizaje del estudiante.
- Basar la enseñanza en literatura promulgada por organizaciones profesionales como *NASPE* y otras fuentes profesionales reconocidas.

Visión

El Programa de Educación Física pretende desarrollar individuos que alcancen y mantengan niveles óptimos en los componentes de aptitud física relacionados a la salud. De manera tal que se constituyan en personas físicamente educadas y capaces de seleccionar la actividad de movimiento más adecuada a sus propósitos personales con el interés de hacerla parte de su estilo de vida.

Misión

El Programa de Educación Física se propone exponer a los estudiantes a una variedad de movimientos secuenciales, promoviendo el desarrollo de los componentes de aptitud física relacionados a la salud. El quehacer diario debe dirigirse hacia el desarrollo de estilos de vida activos y saludables con la finalidad de mejorar la salud física, mental y emocional. De igual manera promover los valores universales de modo que se alcancen los principios y convicciones que distinguen a una persona educada, estructurada, íntegra y honorable.

Aportación de la Educación Física en el Currículo Escolar

Durante la última década se ha recopilado suficiente evidencia y documentado la importancia de la participación regular en la actividad física para mantener la salud de las personas en todas las etapas de la vida humana: infancia, niñez, adolescencia y adultez. También se ha demostrado que las personas que son activas durante su niñez continúan siéndolo durante sus años de adultez. De igual forma, se ha confirmado que existe una relación positiva en el nivel de dominio de destreza en la etapa de la juventud. Esto ha llevado a recomendar la educación física como la única asignatura básica del currículo escolar, cuya responsabilidad principal es el desarrollo físico del estudiante. Interesantemente los beneficios de la educación física a la persona no se limitan a la dimensión física del estudiante sino que inciden también en otras dimensiones de la vida humana como lo son: la social, la emocional, la estética y la cognitiva.

Los programas de educación física de calidad aportan de manera muy particular a formar el estudiante educado de manera integral, ya que contribuyen a aumentar la competencia motriz del educando, y a mejorar su salud física. Desarrollan responsabilidad personal y disposición favorable para disfrutar de la actividad física, como parte de una vida saludable y gratificante que se extiende a través de todas las etapas de la vida humana.

La meta de la educación física escolar en el Sistema de Educación Pública de Puerto Rico es desarrollar estudiantes que se constituyan en personas educadas físicamente, que sean capaces de seleccionar actividades de movimiento relevantes a sus intereses y propósitos personales, a través de toda su vida. La persona educada físicamente se caracteriza por lo siguiente:

- ✚ Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.
- ✚ Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicadas en el aprendizaje y el desarrollo de actividades físicas.
- ✚ Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.
- ✚ Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.
- ✚ Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Comentarios a los Maestros de Educación Física

Este documento ha sido preparado para ayudarles a ser más efectivos en el proceso de planificación y evaluación del aprendizaje en la clase de educación física desde la óptica de que el estudiante debe poder demostrar su aprendizaje, según previamente establecido, a través de los estándares y las expectativas del grado. Se describen los principios que dirigen el Programa y cada uno de los estándares generales de contenido y se detallan las expectativas por grado para cada uno de los estándares.

En el diseño de los planes educativos, el maestro tomará en consideración cada uno de los estándares por su importancia particular para dirigir al estudiante a constituirse en una persona físicamente educada. Las expectativas para cada estándar orientan en la formulación de objetivos para las lecciones, ya que están enfocadas en el desempeño del estudiante. Las expectativas son ejemplos concretos y explícitos de lo que un estudiante debe saber, debe ser capaz de hacer y debe sentir disposición favorable hacia el valor promovido; enmarcados en los cinco estándares de contenido, según descritos para cada grado. El maestro puede identificar expectativas adicionales, pero se asegurará de desarrollar las que se identifican en este documento por ser éstas esenciales, tomando como base los estándares de contenido, los conceptos del Modelo Curricular del Programa y la población para la cual se formulan.

Los números que aparecen en las tablas para cada grado responden al nivel de la taxonomía aplicable, ya sea en la dimensión cognoscitiva, afectiva o motriz. Las taxonomías afectivas y la motriz a las que se hace referencia, son las ya conocidas por los maestros de educación física, mientras que la cognitiva es la nueva adoptada por el Departamento de Educación, denominada nivel de entendimiento de WEBB. Esta, sin embargo, es similar a la de conocimiento (Bloom), utilizada hasta ahora, pero se extiende hasta abarcar un nivel más alto de entendimiento que llega hasta el pensamiento creativo. En la sección de apéndices se incluyen las tres taxonomías a las que se hace referencia en este documento. Además, se incluye la lista de verbos de la taxonomía de Bloom, pareados a los niveles de Webb, la lista de verbos para el desarrollo del movimiento y de los valores, con el fin de facilitar el entendimiento del nivel en que están redactadas las expectativas y el nivel en que el maestro redactará los objetivos de aprendizaje.

Se incluye un glosario con el vocabulario esencial para facilitar el entendimiento de los estudiantes, maestros, facilitadores, administradores, padres y comunidad en general. En el glosario se describen algunos modos o instrumentos de “assessment” recomendados que no aparecen definidos en otros documentos de evaluación.

Para facilitar el manejo del documento en el proceso de planificación de la enseñanza se incluye el Esquema Conceptual con los conceptos de movimiento que forman parte del Marco Curricular del Programa y otra información relevante de apoyo al maestro. Además, se incluye los nombres y las direcciones electrónicas de las personas que participaron de la revisión del documento, para aquellos que interesen comunicarse y compartir sus opiniones y experiencias durante su implementación.

Esperamos que el documento les sea de utilidad y agradeceremos sus recomendaciones para mejorarlo.

Función de los Estándares de Contenido

Los estándares de contenido que se presentan en este documento facilitan la selección de los conceptos y las destrezas que se deben promover como parte del proceso aprendizaje en la clase de educación física. Además, proporcionan un marco conceptual para el desarrollo de expectativas realistas, precisas y realizables para el funcionamiento del estudiante en determinado grado. Las expectativas se constituyen como el primer paso en el diseño de un programa instruccionalmente alineado y enfocado en el desempeño del estudiante.

Los estándares de contenido, a su vez, definen lo que los estudiantes deben saber y deben poder hacer. De igual forma, identifican el conocimiento, las destrezas y las disposiciones esenciales que todo estudiante debe evidenciar al concluir un grado en particular.

Las expectativas son ejemplos concretos y explícitos de lo que un estudiante debe saber, debe ser capaz de hacer y mostrar disposición para evidenciar que es proficiente en las destrezas y el conocimiento de una asignatura, de acuerdo a los estándares de contenido.

Los estándares del Programa de Educación Física establecen que el estudiante que se constituye en una persona educada físicamente se caracteriza porque:

Estándar 1: Dominio del Movimiento

Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Estándar 2: Comprensión del Movimiento

Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y el desarrollo de actividades físicas.

Estándar 3: Vida Activa y Saludable

Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Estándar 4: Aptitud Física Personal

Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Estándar 5: Conducta Responsable

Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción General de los Estándares de Contenido

Estándar 1: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento, necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

La intención de este estándar es desarrollar en los estudiantes las destrezas físicas necesarias para que puedan participar y disfrutar de la actividad física. Por medio de este estándar los estudiantes adquieren las destrezas motrices para participar en una amplia gama de actividades durante su tiempo libre fuera de la escuela y en todas las etapas de su vida. El dominio de los movimientos fundamentales constituye la base para la adquisición de destrezas motrices más avanzadas, necesarias para promover un mejor funcionamiento en el diario vivir.

En los años primarios, los estudiantes desarrollan madurez y versatilidad en el uso de las destrezas motoras fundamentales, tales como: correr, saltar y lanzar, las que son refinadas, combinadas y variadas durante los años escolares del nivel intermedio. Estas destrezas motoras evolucionan a destrezas especializadas (un paso de danza específico, pase de pecho, recepción de la bola con un guante, o uso de una táctica específica), que se aplican en ambientes de movimiento de mayor complejidad, a través de los años escolares de este nivel.

En la escuela superior, los estudiantes seleccionan actividades de movimiento, de acuerdo a sus intereses y capacidades para lo cual deberán dominar destrezas motrices más avanzadas que habrán de utilizar, a través de toda su vida.

Estándar 2: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y el desarrollo de actividades físicas.

La intención de este estándar es facilitar en los estudiantes la habilidad en el uso de la información cognoscitiva para entender y mejorar la adquisición y la ejecución de las destrezas motrices aplicables en una variedad de actividades de movimiento. Intenta aumentar la capacidad cognitiva del estudiante para controlar o para dirigir su ejecución motriz.

En este estándar se incluye el estudio y aplicación de principios y conceptos relacionados con el aprendizaje y el desarrollo motriz, la psicología y la sociología, la biomecánica y la fisiología, según su aplicación a la actividad de movimiento. Algunos ejemplos de esto son: el estudio de los conceptos relacionados con producción de fuerza, los efectos de la ansiedad en el desempeño y el principio de la especificidad del entrenamiento, entre otros. El conocimiento de estos conceptos y principios y cómo aplicarlos aumenta la probabilidad de que ocurra aprendizaje independiente y por lo tanto, una participación regular y más eficaz en la actividad física al concluir los años de escuela.

En los primeros grados del nivel elemental, el énfasis debe ser en promover la adquisición de un vocabulario básico relacionado al movimiento y la aplicación de conceptos de movimientos simples. En los grados 5^{to} al 9^{no} el énfasis está en promover la aplicación y la generalización de estos conceptos a escenarios de la actividad física en situaciones de la vida real. En la escuela superior, se debe promover que cada estudiante aplique de manera independiente y rutinaria una variedad de conceptos cada vez más complejos en las actividades de movimiento. Al concluir la escuela superior, el estudiante habrá desarrollado el conocimiento y la habilidad suficiente para adquirir nuevas destrezas, mientras que continúa refinando las existentes.

Estándar 3: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

La intención de este estándar es que cada estudiante adopte un patrón de participación regular y de significado para sí mismo en la actividad física. Este estándar ofrece trascendencia al aprendizaje al promover que el estudiante aplique en su vida diaria lo que aprende en la clase de educación física. Resulta fundamental que el movimiento forme parte de la vida diaria del estudiante si se pretende que desarrolle un estilo de vida activo y saludable con el fin de que pueda prevenir una variedad de problemas de salud en su vida adulta y que pueda disfrutar de la actividad física individualmente, en familia y con sus allegados.

Los estudiantes hacen uso de las destrezas y los conocimientos aprendidos en la clase de educación física al participar en actividades físicas regularmente más allá del salón de clases y del núcleo escolar. Su participación voluntaria es posible en la medida en que cuenten con las destrezas de movimiento necesarias y hayan desarrollado el gusto por la misma.

Mediante este estándar los estudiantes desarrollan conocimiento de la relación directa entre la actividad física y sus efectos inmediatos en el cuerpo, los beneficios de la participación regular en actividades de movimiento para la salud física, emocional y psicológica de la persona, las oportunidades que ofrece la actividad física para establecer relaciones sociales y su aportación para una vida de calidad.

Los estudiantes del nivel elemental aprenden a disfrutar de la actividad física y también aprenden que cierto nivel de compromiso personal es necesario para lograr los beneficios de la participación en la actividad de movimiento. Los estudiantes derivan placer y experimentan disfrute y reto, según van desarrollando competencia en la ejecución motriz y valoran la mejoría en su ejecución. Las actividades en que participan son apropiadas a las etapas de desarrollo y les ayudan a desarrollar competencia en el movimiento en sus diferentes manifestaciones, incluyendo las clasificadas como moderadas, así como las vigorosas. En los estudiantes mayores, la actividad tiende a ser más estructurada y se promueve su participación fuera del salón de clases e incluso, de la escuela.

En el nivel intermedio se proveerá participación en actividades que fomenten el éxito en retos personales, la interacción social y el disfrute como una oportunidad de continuar desarrollando las destrezas motrices en su medio ambiente.

En el nivel superior, las experiencias de movimiento continuarán proveyendo disfrute, reto y éxito en los retos personales con oportunidades para la expresión y estima propia y la interacción social. Como resultado de los beneficios intrínsecos de su participación, el estudiante se mantendrá activo y velará por satisfacer sus necesidades personales.

Este estándar toma en consideración las recomendaciones profesionales en cuanto a la clasificación del tipo de actividad física a llevar a cabo, según sus características, como lo son: la frecuencia, la duración y la intensidad de la participación que supone apoyar y sostener una buena salud en su acepción más amplia. La cantidad y calidad de las actividades físicas cotidianas en las que participe el estudiante; que le sean significativas y le ofrezcan la oportunidad de desarrollar intereses particulares, le facilitará que aumente la posibilidad de participar en actividades físicas y desee continuar practicando actividades de movimiento para toda la vida.

Estándar 4: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

La intención de este estándar es el desarrollo de conocimientos, destrezas y disposición para aceptar responsabilidad por su aptitud física conducente a un estilo de vida saludable. Los estudiantes desarrollan los más altos niveles de aptitud básica y de competencia necesarios para una participación activa en actividades rutinarias de su vida diaria y en actividades recreativas en su tiempo libre.

Los componentes de aptitud física relacionados con la salud, incluyen: resistencia cardio-respiratoria, fuerza muscular, resistencia muscular, flexibilidad y composición corporal.

Las expectativas para mejorar el nivel de la aptitud física de cada estudiante se establecerán de acuerdo a la condición personal de cada cual, considerando la variación en su nivel de condición inicial y a base de su meta a largo plazo. El propósito es alcanzar el nivel de aptitud física esperado, según los indicadores y criterios para su edad. Los estudiantes deberán progresar en su participación en las actividades físicas de moderadas a vigorosas, según los componentes de la aptitud física relacionados con la salud. Aprenderán a planificar, desarrollar y monitorear sus destrezas y habilidades físicas al participar en el desarrollo de su plan de actividad de movimiento y de entrenamiento personal según sus objetivos previamente establecidos.

Los estudiantes, en el nivel elemental, hacen énfasis en desarrollar conciencia de los componentes de la aptitud física relacionados con la salud, mientras participan en actividades físicas divertidas que promueven su aptitud física.

Los estudiantes, en el nivel intermedio, adquieren gradualmente un mayor entendimiento de los componentes de la aptitud física, del desarrollo y mantenimiento de cada uno de ellos y de la importancia de cada componente para alcanzar la aptitud y bienestar total.

Los estudiantes, en el nivel superior, serán capaces de diseñar y desarrollar un programa de aptitud física personalizado y apropiado a las normas para estos fines, que les permita mejorar su nivel de aptitud física progresivamente e incluso, a través de todas las etapas de la vida.

Estándar 5: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

La intención de este estándar es que los estudiantes desarrollen patrones de comportamientos responsables que faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Estos comportamientos incluyen las prácticas seguras, adherencia a las reglas y los procedimientos, etiqueta, cooperación, trabajo en equipo, comportamiento ético e interacción social positiva. Es crítico en este estándar el desarrollo de una actitud de respeto por las semejanzas, diferencias individuales y la interacción positiva entre participantes en el contexto de la actividad física, ya sea en la recreación o el deporte. Las semejanzas y las diferencias incluyen características culturales, por razones étnicas, por razón de su nivel de desarrollo motor, o limitaciones, de las características físicas (e.g., fuerza, tamaño, forma), por motivo de género, edad, raza, y estado socioeconómico.

El logro de este estándar en los primeros grados de nivel elemental comienza con el reconocimiento de las reglas, de los procedimientos y de la seguridad de la sala de clase. En los últimos grados del nivel elemental, los niños aprenden a trabajar independientemente, con un compañero y en grupos pequeños. A través de la escuela elemental, los estudiantes comienzan a reconocer semejanzas, diferencias individuales y a involucrarse en la participación en grupo en las actividades físicas.

En escuela intermedia, los adolescentes reconocen la importancia de las reglas y de los procedimientos. Comienzan a involucrarse en la toma de decisiones para establecer las reglas y los procedimientos que dirijan situaciones específicas de la actividad. Ellos participan colectivamente en las actividades físicas con personas de diversas características y trasfondos.

Los estudiantes de escuela superior evidencian comportamiento responsable, funcionan de manera responsable, e influyen positivamente en el comportamiento de otros al preparar y participar de las actividades físicas. Participan con personas de diferentes trasfondos y capacidades, evitan y resuelven conflictos, reconocen el valor de la diversidad en la actividad física y desarrollan estrategias para la inclusión de otros. Comienzan a entender cómo el trabajo del adulto y los roles familiares, así como las responsabilidades que conllevan los cambios asociados a las diferentes etapas de la vida, afectan las decisiones que se toman en relación a la actividad física, en cuanto a las preferencias y oportunidades para participar en la misma.

ESTÁNDARES DE CONTENIDO Y EXPECTATIVAS DE GRADO

Kindergarten

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles de Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de kindergarten desarrolle destrezas fundamentales de movimiento por medio de una variedad de actividades físicas. Enfatiza los siguientes conceptos de movimiento: conciencia corporal, relaciones, aptitud motriz, relocalización, manejo de peso y proyección de objetos. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta actividades de movimiento por comandos e iniciativa propia en su espacio personal y general.	2	Conciencia Corporal
2. Ejecuta movimientos fundamentales que le permiten ubicarse cerca, lejos, sobre, debajo y a través de objetos estáticos o en movimiento.	2	Relaciones
3. Demuestra cómo balancearse con las diferentes partes de su cuerpo.	2	Aptitud Motriz
4. Ejecuta las destrezas de caminar y correr en diferentes direcciones y velocidades.	2	Relocalización
5. Ejecuta las destrezas de saltar o brincar con uno y ambos pies.	2	Relocalización
6. Demuestra los movimientos no locomotores de: halar, empujar, balancearse y sacudirse en variedad de situaciones.	2	Manejo de Peso
7. Ejecuta las destrezas de lanzar y golpear objetos de diferentes tamaños, formas, texturas y pesos.	2	Proyección de Objetos
8. Ejecuta la destreza de patear un objeto de forma estacionaria con el pie dominante y el no dominante.	2	Proyección de Objetos
9. Ejecuta la destreza de rebotar el balón con la mano dominante y la no dominante.	2	Proyección de Objetos

Kindergarten

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de kindergarten adquiera un vocabulario básico y aplique conceptos de movimientos simples en el desarrollo de destrezas fundamentales. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, relaciones, apreciación del movimiento y aptitud motriz. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Identifica las partes del cuerpo. (Ej; cabeza, cuello, hombro, espalda, pecho, cintura, cadera, brazo, codo, muñeca, mano, dedo, pierna, rodilla, tobillo, pie, entre otros)	1	Conciencia Corporal
2. Reconoce diferentes coordenadas espaciales: izquierda y derecha.	1	Conciencia Corporal
3. Reconoce e identifica el alcance para regular la posición de su cuerpo entre objetos y personas: alto, medio, bajo, cerca, lejos, sobre, debajo y a través.	1	Relaciones
4. Reconoce vocabulario básico (terminología) de los movimientos locomotores, no locomotores y manipulativos.	1	Apreciación del Movimiento
5. Reconoce actividades de movimiento que involucren el balance del cuerpo.	1	Aptitud Motriz

Kindergarten

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de kindergarten derive placer al participar en actividades de intensidad moderada dentro y fuera de la clase de educación física, mientras desarrolla competencias en la ejecución motriz. En las experiencias predominarán las sensaciones de éxito para que continúe participando. Enfatiza los siguientes conceptos: expresión, disfrute del movimiento, aptitud motriz y reto. Las expectativas se han formulado para que alcance los niveles uno y dos de la taxonomía motora y los niveles uno y dos de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Identifica sentimientos positivos asociados con la participación en la actividad física.	1 DV	Expresión
2. Participa regularmente en una variedad de actividades no estructuradas en la clase o fuera de ésta (juegos sencillos, rítmicos, persecución y de comando, entre otros) que le sean placenteras.	2 DM	Disfrute del Movimiento
3. Presenta sentimientos de satisfacción durante la experiencia de movimiento.	2 DV	Expresión
4. Descubre nuevas destrezas y maneras de movimiento.	1 DM	Aptitud Motriz
5. Identifica actividades que le son placenteras.	1 DV	Disfrute del Movimiento
6. Ejecuta actividades físicas que le requieran esfuerzo.	2 DM	Reto

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Kindergarten

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de kindergarten se inicie en conocer los componentes de aptitud física relacionados a la salud, a través de una variedad de actividades de poca a moderada intensidad, con el propósito de que desarrolle una disposición favorable hacia la actividad física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal). Las expectativas se han formulado para que alcance como mínimo el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva y el nivel dos de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta una variedad de juegos y actividades de movimiento, por lo menos tres días a la semana.	2 DM	Aptitud Física
2. Repite una variedad de actividades de movimiento de poca intensidad que le permiten reconocer el cambio en su ritmo cardiaco.	1 DC	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de actividades de movimientos para desarrollar la flexibilidad de las diferentes partes del cuerpo.	2 DM	Aptitud Física
4. Observa su peso, por lo menos una vez al mes.	1 DC	Aptitud Física

Kindergarten

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de kindergarten desarrolle comportamientos responsables que le faciliten alcanzar el éxito de forma individual y grupal. Estos comportamientos incluyen reconocer las reglas y tener prácticas seguras en diferentes escenarios. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y conocerse así mismo. Las expectativas se han formulado para que alcance como mínimo, el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno y dos de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Reconoce las reglas dentro y fuera de la sala de clases y al realizar actividades físicas.	1 DC	Apreciación del Movimiento
2. Sigue las reglas dentro y fuera de la sala de clases y al realizar actividades físicas.	1 DV	Liderato
3. Reconoce las medidas de seguridad, de acuerdo a la actividad que realiza.	1 DC	Apreciación del Movimiento (reglas)
4. Identifica (observa) en el salón de clases el área de primeros auxilios y salidas de emergencia para su seguridad y la de sus compañeros.	1 DC	Liderato
5. Hace la tarea que se le asigna.	2 DV	Conocerse a sí Mismo (esfuerzo)
6. Reconoce la vestimenta apropiada para realizar actividades de movimiento.	1 DC	Conocerse a sí Mismo

Primer Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles de Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de primer grado desarrolle madurez en las destrezas fundamentales de movimiento por medio de una variedad de actividades físicas. Enfatiza los siguientes conceptos de movimiento: conciencia corporal, relaciones, aptitud motriz, relocalización, manejo de peso, proyección de objetos y recepción de objetos. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos y tres de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Utiliza su cuerpo para moverse por esfuerzos generados desde la cabeza, tronco y extremidades en el espacio personal y general.	3	Conciencia Corporal
2. Utiliza movimientos fundamentales para trasladarse en una variedad de formas en relación a objetos y personas ubicados alrededor, detrás, cerca, lejos y a través.	3	Relaciones
3. Utiliza diferentes bases de apoyo para mantener el balance de su cuerpo.	3	Aptitud Motriz
4. Utiliza los movimientos locomotores de caminar y correr en diferentes velocidades, rutas, direcciones y niveles.	3	Relocalización
5. Utiliza los movimientos locomotores de saltar en diferentes niveles con o sin implementos.	3	Relocalización
6. Demuestra los movimientos no locomotores: torcer, voltear, esquivar, estirar y encoger en variedad de situaciones.	2	Manejo de Peso
7. Ejecuta las destrezas de lanzar y golpear objetos de distintos tamaños, formas, texturas y pesos a diferentes distancias.	2	Proyección de Objetos
8. Ejecuta la destreza de patear un objeto de forma estacionaria o en movimiento con el pie dominante y el no dominante.	2	Proyección de Objetos
9. Demuestra la destreza de rebotar el balón con la mano dominante y la no dominante, desplazándose en el espacio general.	2	Proyección de Objetos
10. Ejecuta la destreza de atrapar objetos de diferentes tamaños, texturas y formas.	2	Recepción de Objetos
11. Ejecuta la destreza de rodar y girar en una variedad de situaciones.	2	Relocalización

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de primer grado desarrolle y se enriquezca de un vocabulario básico que le facilite el aprendizaje de principios y conceptos relacionados a las destrezas fundamentales y las diferentes manifestaciones del movimiento. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, relaciones, apreciación del movimiento, eficiencia mecánica y relocalización. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Menciona los nombres de los huesos: cabeza, tronco y extremidades.	1	Conciencia Corporal
2. Menciona movimientos que puede ejecutar con las diferentes partes del cuerpo.	1	Conciencia Corporal
3. Identifica las partes del cuerpo según las coordenadas espaciales (mano derecha-izquierda, pierna derecha-izquierda).	1	Conciencia Corporal
4. Reconoce la posición de su cuerpo en relación a objetos o personas que lo rodean: cerca, lejos, izquierda, derecha, encima, debajo, delante, detrás, primero y último.	1	Relaciones
5. Identifica el vocabulario de las destrezas (terminología) locomotoras, no locomotoras y manipulativas.	2	Apreciación del Movimiento
6. Identifica actividades que permitan mantener el cuerpo en equilibrio.	2	Eficiencia Mecánica
7. Identifica formas de movimiento para desplazarse en el espacio.	2	Relocalización

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Primer Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Mejoramiento

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de primer grado derive placer al participar en actividades de intensidad moderada dentro y fuera de la clase de educación física, mientras va desarrollando competencias en la ejecución motriz. En las experiencias predominarán las sensaciones de éxito para que el estudiante siga participando. Enfatiza los siguientes conceptos: participación, disfrute del movimiento, expresión, aptitud motriz y reto. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles uno y dos de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Participa en actividades de movimiento aláticas de intensidad moderadas a vigorosas (máximo 7 seg. previo al descanso).	2 DM	Participación
2. Practica regularmente variedad de actividades no estructuradas en la clase o fuera de la clase (juegos sencillos, ritmos, persecución y de comando, entre otros) que le sean placenteras.	2 DV	Disfrute del Movimiento
3. Presenta sentimientos de satisfacción durante la experiencia de movimiento.	2 DV	Expresión
4. Ejecuta destrezas aprendidas a nuevas situaciones.	2 DM	Aptitud Motriz
5. Describe los sentimientos personales sobre el progreso al aprender una nueva destreza.	1 DV	Expresión
6. Sigue participando en la actividad física, aunque no tenga éxito de primera intención.	2 DV	Reto

Primer Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de primer grado desarrolle conciencia sobre los componentes de la aptitud física relacionados a la salud, a través de una variedad de actividades físicas divertidas de intensidad moderada, con el propósito de desarrollar una disposición favorable hacia la actividad física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición del cuerpo). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta una variedad de juegos y actividades de movimiento moderadas por lo menos tres días a la semana de cuatro a doce minutos en actividad continua y las vigorosas en intervalos de siete segundos previos al descanso.	2 DM	Aptitud Física
2. Identifica cambios que ocurren en la respiración durante la ejecución de actividades físicas moderadas.	2 DC	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de movimientos para el desarrollo de la flexibilidad.	2 DM	Aptitud Física
4. Identifica su peso por lo menos una vez al mes.	1 DC	Aptitud Física

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de primer grado desarrolle comportamientos responsables que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Estos comportamientos incluyen: prácticas seguras, reconocimiento de las reglas, trabajo en equipo, cooperación y respeto por las diferencias y semejanzas entre los participantes al realizar actividades físicas. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, conocerse a sí mismo y liderato. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva y el nivel dos de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Reconoce que es importante seguir las reglas de la actividad y de seguridad al participar de las actividades físicas.	1 DC	Apreciación del Movimiento
2. Sigue las reglas e influye a sus compañeros para lograr el éxito en las diversas manifestaciones de movimiento.	2 DV	Apreciación del Movimiento
3. Reconoce materiales, objetos o deficiencia que interfieran con la seguridad de él y sus compañeros en el área de actividad.	1 DC	Conocerse a sí Mismo
4. Identifica material y equipo de primeros auxilios que puedan ayudarle a él y a sus compañeros en situaciones de emergencia.	1 DC	Liderato
5. Ejecuta las tareas, de acuerdo a las instrucciones recibidas.	2 DV	Conocerse a sí Mismo (esfuerzo)
6. Identifica la vestimenta que debe utilizar para realizar actividades físicas de forma segura.	1 DC	Apreciación del Movimiento

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Segundo Grado

Niveles de Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de segundo grado continúe desarrollando madurez y versatilidad de las destrezas fundamentales de movimiento en actividades físicas de mayor duración y complejidad. Enfatiza en los siguientes conceptos de movimiento: conciencia corporal, relaciones, aptitud motriz, relocalización, manejo de peso, recepción de objetos y proyección de objetos. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Utiliza las diferentes partes del cuerpo para moverse en el espacio personal y general, haciendo uso de una variedad de implementos.	3	Conciencia Corporal
2. Ejecuta eficientemente movimientos fundamentales en una variedad de formas en relación a diversos objetos y personas ubicadas, alrededor, cerca, lejos, al frente, detrás, arriba y abajo.	4	Relaciones
3. Controla el balance de su cuerpo al realizar nuevas formas de movimiento.	4	Aptitud Motriz
4. Ejecuta eficientemente movimientos locomotores de salto vertical y salto horizontal en diferentes rutas, direcciones y niveles.	4	Relocalización
5. Utiliza los movimientos locomotores: pasos cruzados, deslizarse y galopar en diferentes direcciones con o sin implementos.	3	Relocalización
6. Utiliza destrezas de movimiento no locomotoras (halar, empujar, torcer, voltear, esquivar, estirar) en la ejecución de diferentes actividades físicas.	3	Manejo de Peso
7. Utiliza las destrezas de lanzar y golpear objetos de varios tamaños, formas y texturas a diferentes distancias, con traslación o sin traslación.	3	Proyección de Objetos
8. Utiliza con precisión la destreza de patear en carrera un objeto estacionario, controlando la fuerza y el balance de su cuerpo.	3	Proyección de Objetos
9. Utiliza la destreza de rebotar el balón con la mano dominante y la no dominante, mientras se dirige a una dirección determinada, utilizando diferentes destrezas locomotoras.	3	Proyección de Objetos
10. Ejecuta la destreza de atrapar objetos de diferentes tamaños, texturas y formas a distintas velocidades, niveles y rumbos.	2	Recepción de Objetos
11. Ajusta la posición de su cuerpo al realizar rodadas y giros en una variedad de situaciones.	3	Relocalización

Segundo Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

- Niveles Taxonomía Cognoscitiva**
- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 - Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 - Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 - Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de segundo grado reconozca e identifique los principios y conceptos relacionados al movimiento humano para mayor efectividad en el desarrollo individual y en el manejo y control del ambiente físico. Enfatiza en los siguientes conceptos: conciencia corporal, relaciones, relocalización, manejo de peso, proyección y recepción de objetos y eficiencia mecánica. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Identifica las partes del cuerpo y las articulaciones: cuello, hombro, cadera, codo, muñeca, rodilla y tobillo.	2	Conciencia Corporal
2. Identifica el proceso del movimiento en diferentes destrezas (saltar, agacharse, estirarse, caer en ambos pies y doblar rodillas, entre otras).	2	Conciencia Corporal
3. Señala diversas posiciones que le permiten regular su cuerpo en relación a objetos o personas: izquierda, derecha, delante, detrás encima, debajo, dentro, fuera, primero y último.	2	Relaciones
4. Identifica diferentes rutas y direcciones (curvas, zig-zag, rectas, derecha e izquierda) en una variedad de movimientos.	2	Relocalización
5. Clasifica las destrezas locomotoras, no locomotoras y manipulativas.	3	Relocalización, Manejo de Peso Proyección y Recepción de Objetos
6. Identifica actividades que involucren equilibrio estático y equilibrio dinámico	2	Eficiencia Mecánica
7. Clasifica formas de movimiento para desplazarse en el espacio.	3	Relocalización
8. Explica las diferencias entre patear un balón estacionario y un balón en movimiento.	3	Proyección de Objetos

Segundo Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de segundo grado derive placer al participar en actividades de intensidad moderada a vigorosa dentro y fuera de la clase de educación física, mientras desarrolla competencias en la ejecución motriz. Reconoce que al participar en este tipo de actividad tiene un efecto en el cuerpo y mejora la salud; además empieza a funcionar como miembro de un grupo y trabaja cooperativamente por períodos cortos de tiempo. En las experiencias predominaran las sensaciones de éxito para que el estudiante siga participando. Enfatiza los siguientes conceptos: participación, disfrute del movimiento, expresión, aptitud motriz, trabajo en equipo y conocerse a sí mismo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Participa regularmente en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa (máximo 7 seg. previo al descanso) (juegos de organización sencilla y pocas de reglas) dentro y fuera de la clase de educación física.	2 DM	Participación
2. Practica variedad de destrezas locomotoras (correr, caminar, rodar y saltar o brincar) y manipulativas en la clase y fuera de ésta que le son placenteras.	2 DV	Disfrute del Movimiento
3. Presenta satisfacción durante su participación en las actividades de movimiento.	2 DV	Expresión
4. Ejecuta destrezas que lo llevan a mejorar su nivel de ejecución.	2 DM	Aptitud Motriz
5. Ejecuta actividades de movimiento donde comparte, coopera y disfruta con los miembros del grupo.	2 DV	Trabajo en Equipo
6. Comparte la satisfacción de lograr progreso en su ejecución.	3 DV	Conocerse a sí Mismo

Segundo Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de segundo grado desarrolle conciencia de los componentes de aptitud física relacionados a la salud, a través de una variedad de actividades físicas divertidas de intensidad moderada a vigorosa, con el propósito de desarrollar una disposición favorable hacia la actividad física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta una variedad de juegos y actividades de movimiento de moderadas a vigorosas por lo menos tres días a la semana.	2 DM	Aptitud Física
2. Repite una variedad de actividades de movimiento de moderadas a vigorosas que le permitan aumentar su respiración.	2 DM	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el desarrollo de la flexibilidad.	2 DM	Aptitud Física
4. Identifica su peso y reconoce los alimentos que debe consumir para tener un peso saludable.	1 DC	Aptitud Física

Segundo Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, prefiere el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de segundo grado desarrolle comportamientos responsables que le faciliten alcanzar el éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Estos comportamientos incluyen: prácticas seguras, reconocimiento de las reglas, cooperación, interacción social positiva y respeto por las diferencias y semejanzas entre los participantes. Enfatiza los siguientes conceptos: liderato, trabajo en equipo, conocerse a sí mismo y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para estudiante alcance los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Señala las reglas y los procedimientos a seguir en la sala de clases o actividades de movimiento.	2 DC	Liderato
2. Sigue las reglas en la sala de clases y al realizar actividades físicas.	2 DV	Trabajo en Equipo
3. Menciona materiales, objetos o deficiencias que interfieran con la seguridad de él y sus compañeros en el área de actividad.	1 DC	Conocerse a sí Mismo
4. Reconoce los primeros auxilios que se pueden aplicar en momentos de un accidente o emergencia, mientras práctica actividades físicas.	1 DC	Liderato
5. Completa las tareas, de acuerdo a las instrucciones recibidas.	3 DV	Conocerse a sí Mismo (esfuerzo)
6. Distingue el tipo de vestimenta necesaria para diferentes actividades físicas.	1 DC	Apreciación del Movimiento

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
7. Identifica actividades en las que puede cooperar para hacer sentir bien a sus compañeros.	1 DV	Trabajo en Equipo
8. Practica cualidades socialmente aceptadas que sirvan para resolver conflictos en actividades físicas.	2 DV	Liderato
9. Acepta sus capacidades en relación a las semejanzas y diferencias (habilidades, estatura, peso, raza, género, composición corporal, entre otros) entre los miembros del grupo.	2 DV	Conocerse a sí Mismo

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de tercer grado sea capaz de desarrollar madurez y versatilidad al combinar las destrezas fundamentales locomotoras, no locomotoras y manipulativas al participar en actividades de movimiento de mayor complejidad y duración. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, relaciones, aptitud motriz, relocalización, proyección de objetos y recepción de objetos. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo. Los niveles tres, cuatro y cinco de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Controla su cuerpo al moverse en su espacio personal y general.	4	Conciencia Corporal
2. Diversifica los movimientos locomotores, regulando la posición de su cuerpo (cerca, lejos, sobre, a través y debajo) al trasladarse en el espacio.	5	Relaciones
3. Controla el balance dinámico y estático al participar de una actividad rítmica o de movimiento.	4	Aptitud Motriz
4. Ejecuta con fluidez rutinas de gimnasia básica que incluyan saltos vertical, salto horizontal, voltereta hacia delante y voltereta hacia atrás.	4	Relocalización
5. Ejecuta con fluidez los movimientos locomotores (pasos cruzados, deslizar y galopar) para desplazarse a diferentes velocidades, niveles, rutas y direcciones, con o sin implementos.	4	Relocalización
6. Ejecuta con precisión las destrezas de lanzar y golpear objetos hacia un objetivo específico a diferentes distancias	4	Proyección de Objetos
7. Ejecuta eficientemente la destreza de patear en carrera un objeto en movimiento, controlando la fuerza y el balance de su cuerpo.	4	Proyección de Objetos
8. Controla el rebote del balón, utilizando la mano dominante y la no dominante, cambiando de dirección y velocidad.	4	Proyección de Objetos
9. Adapta la destreza de atrapar objetos que vienen de diferentes distancias, velocidades, niveles y rumbos en diversas actividades de movimiento.	3	Recepción de Objetos
10. Ejecuta eficientemente rodadas y giros en la ejecución de actividades físicas individuales y grupales.	4	Relocalización

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Tercer Grado

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de tercer grado utilice el vocabulario y relacione los principios y conceptos de movimiento aprendidos en la ejecución de las diferentes manifestaciones del movimiento. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, relaciones, relocalización, manejo de peso, proyección de objetos, recepción de objetos y eficiencia mecánica. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Clasifica la estructura del cuerpo humano (músculos y huesos: cabeza, tronco y extremidades).	3	Conciencia Corporal
2. Identifica en la ejecución de otros, el proceso de movimiento de diferentes destrezas.	2	Conciencia Corporal
3. Clasifica diferentes actividades, de acuerdo a las coordenadas espaciales: izquierda y derecha.	3	Conciencia Corporal
4. Clasifica diferentes actividades, de acuerdo al alcance y efecto: arriba, abajo, delante, detrás, cerca, lejos, dentro y fuera con relación a objetos y personas.	3	Relaciones
5. Explica la diferencia entre las actividades locomotoras, no locomotoras y manipulativas.	3	Relocalización Manejo de Peso Proyección y Recepción de Objetos
6. Establece (ordena) la diferencia entre el equilibrio estático y dinámico, al utilizar las destrezas locomotoras y no locomotoras.	2	Eficiencia Mecánica
7. Selecciona formas de movimiento para desplazarse en el espacio.	4	Relocalización
8. Explica los cambios en la aplicación de fuerza, velocidad y punto de contacto para proyectar un objeto a diversas distancias, velocidades y niveles.	3	Proyección de Objetos

Tercer Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de tercer grado comience a desarrollar conciencia del efecto de su participación en la actividad física. Sea capaz de dirigir y ser dirigido por sus pares durante cortos períodos de tiempo. Valore a sus semejantes y tome conciencia de éstos para lograr obtener metas comunes. Enfatiza los siguientes conceptos: participación, disfrute del movimiento, expresión, aptitud motriz, trabajo en equipo y conocerse a sí mismo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora, los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Participa libremente actividades de movimiento de intensidad moderada y vigorosa (máximo 7 seg. previo al descanso).	2 DM	Participación
2. Practica con sus compañeros en eventos y programas complementarios de la clase de educación física (intramural, día de juegos, entre otros) que le sean placenteras.	2 DV	Disfrute del Movimiento
3. Presenta satisfacción al participar en actividades que le provean bienestar a sí mismo y a sus compañeros.	2 DV	Expresión
4. Ejecuta destrezas que lo llevan a mejorar su nivel de ejecución.	2 DM	Aptitud Motriz
5. Forma parte de un grupo y disfruta al contribuir al éxito para alcanzar una meta común.	3 DV	Trabajo en Equipo
6. Comparte su satisfacción al mejorar en el desempeño de la ejecución motriz.	3 DV	Expresión
7. Establece un registro de su actividad física cada dos semanas.	2 DC	Conocerse a sí Mismo
8. Reconoce la necesidad del descanso, el alimentarse adecuadamente y cuidar su cuerpo.	1 DC	Conocerse a sí Mismo

Tercer Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de tercer grado desarrolle conciencia sobre los componentes de la aptitud física relacionados a la salud, a través de una variedad de actividades de intensidad moderada a vigorosa, con el propósito de que adopte una disposición favorable hacia la actividad física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta una variedad de juegos y actividades de movimiento de moderadas a vigorosas por lo menos tres días a la semana.	2 DM	Aptitud Física
2. Identifica regiones anatómicas: donde se monitorea la frecuencia cardiaca: carótida (cuello), radial y muñeca	1 DC	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el desarrollo de la flexibilidad.	2 DM	Aptitud Física
4. Identifica su peso, los alimentos que debe consumir y el tipo de actividad (moderada – vigorosa) que debe realizar para mantener un peso saludable.	1 DC	Aptitud Física
5. Reconoce la diferencia entre actividad vigorosa y actividad moderada.	1 DC	Aptitud Física

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Tercer Grado

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de tercer grado desarrolle comportamientos responsables que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Estos comportamientos incluyen: prácticas seguras, reconocimiento de las reglas y procedimiento, trabajo en equipo, cooperación, interacción social positiva y respeto por las diferencias y semejanzas entre los participantes al realizar actividades físicas. Se enfatizan los conceptos de: liderato, conocerse a sí mismo, reto y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Establece las reglas y procedimientos a seguir en la sala de clases.	2 DC	Apreciación del Movimiento
2. Sigue las reglas dentro y fuera de la sala de clases y al realizar actividades físicas.	2 DV	Trabajo en Equipo
3. Menciona las ventajas de seguir las medidas de seguridad en actividades de movimiento y las desventajas de no seguirlas.	1 DC	Liderato
4. Identifica los primeros auxilios que se pueden aplicar en momentos de un accidente o emergencia dentro y fuera de la escuela.	2 DC	Liderato
5. Completa las tareas de acuerdo a las instrucciones recibidas.	3 DV	Apreciación del Movimiento

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Distingue señales y símbolos de seguridad en la carretera.	1 DC	Apreciación del Movimiento
7. Ejecuta actividades de movimiento donde coopera para lograr metas comunes y disfrutar como parte del grupo.	2 DV	Trabajo en Equipo
8. Invita a otros a seleccionar conductas apropiadas para resolver conflictos en actividades de movimiento.	3 DV	Liderato
9. Acepta sus capacidades en relación a las semejanzas y diferencias (habilidades, estatura, peso, raza, género, composición corporal, entre otros) entre los miembros del grupo.	2 DV	Conocerse a sí Mismo

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Cuarto Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar va dirigido a que el estudiante de cuarto grado se inicie en el desarrollo de destrezas especializadas, a través de juegos preparatorios, además de las otras manifestaciones del movimiento. Enfatiza los siguientes conceptos de movimiento: conciencia corporal, proyección de objetos, recepción de objetos, aptitud motriz y relocalización. Las expectativas se han formulado para que el estudiante alcance los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ajusta la postura de su cuerpo al realizar juegos preparatorios y otras manifestaciones del movimiento.	3	Conciencia Corporal
2. Ejecuta eficientemente las destrezas de lanzar y golpear objetos en variedad de juegos preparatorios.	4	Proyección de Objetos
3. Ejecuta eficientemente las destrezas de patear objetos en variedad de juegos preparatorios.	4	Proyección de Objetos
4. Ejecuta eficientemente las destrezas de rebotar un balón en variedad de juegos preparatorios.	4	Proyección de Objetos
5. Utiliza la destreza de atrapar, interceptar y recibir objetos de varios tamaños, pesos y formas a diferentes distancias, velocidades, niveles y rumbos en juegos preparatorios y otras manifestaciones del movimiento.	3	Recepción de Objetos
6. Ejecuta secuencias rítmicas que combinen movimientos locomotores y no locomotores con o sin implementos.	2	Aptitud Motriz
7. Utiliza movimientos locomotores en diferentes situaciones de juegos preparatorios.	3	Relocalización

Cuarto Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados al aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de cuarto grado comprenda los principios y conceptos de movimiento en ambientes más estructurados que requieran el uso de destrezas especializadas. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, eficiencia mecánica y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles uno, dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Identifica los músculos que se utilizan en la ejecución de una destreza especializada.	3	Conciencia Corporal
2. Describe la mecánica correcta para ejecutar una destreza especializada.	1	Eficiencia Mecánica
3. Enumera la terminología relacionada con las reglas y equipo deportivo utilizado en diversas manifestaciones de movimiento y juegos preparatorios.	2	Apreciación del Movimiento
4. Describe los conceptos de ofensiva, defensiva, técnica y táctica.	1	Apreciación del Movimiento
5. Identifica los errores en el movimiento de las diferentes partes del cuerpo al ejecutar una destreza especializada para alcanzar mayor efectividad.	1	Eficiencia Mecánica

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Cuarto Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de cuarto grado participe voluntariamente en actividades de moderada a vigorosa intensidad por largos períodos de tiempos fuera de la clase de educación física. Identifique oportunidades en la escuela y la comunidad para realizar actividad física regular y haga uso de las mismas para su beneficio. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, trabajo en equipo, competencia, liderato y disfrute del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora, el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Establece un registro de las actividades que realiza diariamente e identifica la duración e intensidad.	1 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Identifica sentimientos positivos por su esfuerzo en actividades físicas dentro y fuera del ambiente escolar.	1 DV	Conocerse a sí Mismo
3. Comparte con familiares y amigos en actividades físicas de moderada a vigorosa intensidad que se lleven a cabo dentro y fuera de la escuela (intramurales, día de juegos, actividades recreativas y comunitarias, entre otras).	3 DV	Trabajo en Equipo
4. Forma parte de un equipo para rivalizar por metas individuales o grupales.	3 DV	Competencia
5. Propone ideas nuevas para lograr el éxito de una variedad de actividades físicas de moderada a vigorosa intensidad.	3 DV	Liderato
6. Practica los hábitos de higiene, descanso y alimentación para cuidar su cuerpo.	2 DV	Conocerse a sí Mismo
7. Ejecuta actividades de movimiento voluntariamente por largos períodos de tiempo.	2 DM	Disfrute del Movimiento

Cuarto Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de cuarto grado desarrolle conciencia de los componentes de la aptitud física relacionados con la salud para que alcance niveles de aptitud física según los indicadores y criterios de su edad. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración (F.I.D.A.) de la actividad. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles uno y dos de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta actividades de movimiento de intensidad moderada durante veinte minutos tres días a la semana (F.I.D.A.) para alcanzar y mantener niveles aceptables de aptitud física.	2 DM	Aptitud Física
2. Monitorea la frecuencia cardiaca antes, durante y después de ejecutar una actividad física determinada.	1 DC	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el desarrollo de la flexibilidad.	2 DM	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Identifica los componentes de la aptitud física (tolerancia cardiorrespiratoria, tolerancia muscular, fortaleza muscular, flexibilidad y composición del cuerpo).	1 DC	Aptitud Física
5. Identifica los componentes del sistema cardiorrespiratorio.	1 DC	Aptitud Física
6. Identifica los alimentos que debe consumir y el tipo de actividad (moderada – vigorosa) que debe realizar para mantener un peso saludable.	2 DC	Aptitud Física
7. Monitorea la composición corporal (peso e índice de grasa).	1 DC	Aptitud Física
8. Compara los resultados de las pruebas de los componentes de aptitud física con los índices establecidos para su edad y género.	1 DC	Aptitud Física
9. Interpreta información relacionada a los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos: pedómetro, monitor de frecuencia cardiaca, programas computarizados, entre otros.	3 DC	Aptitud Física

Cuarto Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de cuarto grado desarrolle comportamientos responsables y reconozca semejanzas y diferencias que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, trabajo en equipo y liderato. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel tres de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas en diferentes escenarios y situaciones de juego.	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Sigue las medidas de seguridad en todas las actividades realizadas dentro o fuera del escenario escolar.	3 DV	Apreciación del Movimiento
3. Practica actividades en parejas o grupales donde incluye a otros, respetando las diferencias individuales.	2 DV	Trabajo en Equipo
4. Forma parte de grupos de trabajos para organizar e implementar actividades físicas en asociaciones escolares, clubes deportivos o grupos comunitarios, incluyendo la participación de todos.	3 DV	Liderato
5. Presenta actitudes apropiadas y éticas cuando participa en un evento deportivo, cultural y diversas actividades de movimiento como espectador o jugador.	2 DV	Liderato
6. Trabaja como parte de un grupo aceptando las diferencias individuales.	3 DV	Trabajo en Equipo
7. Identifica factores que ayudan al funcionamiento del grupo en diversas actividades de movimiento.	3 DC	Liderato

Quinto Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de quinto grado continúe desarrollando destrezas especializadas, a través de las diferentes manifestaciones del movimiento, incluyendo juegos preparatorios y deportes modificados. Enfatiza los siguientes conceptos de movimiento: conciencia corporal, proyección de objetos, recepción de objetos, aptitud motriz y eficiencia mecánica. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Controla la postura de su cuerpo al realizar deportes modificados y otras manifestaciones del movimiento.	4	Conciencia Corporal
2. Ejecuta con fluidez las destrezas de lanzar y golpear objetos en situaciones de juegos preparatorios, deportes modificados y actividades de movimiento.	4	Proyección de Objetos
3. Ejecuta con fluidez la destreza de patear un objeto en movimiento o estacionario en situaciones de juegos preparatorios, deportes modificados y actividades de movimiento.	4	Proyección de Objetos
4. Ejecuta con fluidez la destreza de rebotar un balón en diversas situaciones de juegos preparatorios, deportes modificados y actividades de movimiento.	4	Proyección de Objetos
5. Utiliza las destrezas de atrapar, interceptar y recibir objetos de varios tamaños, pesos y formas en diversos rumbos, niveles y velocidades en juegos preparatorios, deportes modificados y otras manifestaciones del movimiento.	3	Recepción de Objetos
6. Utiliza movimientos locomotores y no locomotores en una secuencia rítmica.	3	Aptitud Motriz
7. Ejecuta eficientemente actividades que requieran coordinación, tiempo de reacción, y agilidad al utilizar patrones de movimiento que involucren destrezas manipulativas, locomotoras y no locomotoras en juegos preparatorios y deportes modificados.	4	Aptitud Motriz
8. Ejecuta técnicas y tácticas simples de ofensiva y defensiva de forma individual y grupal en juegos preparatorios y deportes modificados.	2	Eficiencia Mecánica

Quinto Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados al aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de quinto grado aplique los principios y conceptos de movimiento para mejorar la ejecución de las destrezas especializadas aprendidas. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, eficiencia mecánica y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Identifica los huesos y músculos del cuerpo humano que intervienen con la ejecución de una destreza de movimiento.	3	Conciencia Corporal
2. Enumera los pasos para ejecutar una destreza especializada con la mecánica correcta.	2	Eficiencia Mecánica
3. Destaca los datos más importantes de la historia, descripción, reglas y terminología de los diferentes deportes modificados y otras manifestaciones del movimiento.	3	Apreciación del Movimiento
4. Identifica técnicas y tácticas de ofensiva y defensiva.	2	Apreciación del Movimiento
5. Establece criterios para reconocer una ejecución motora correcta y otra que no lo es.	2	Eficiencia Mecánica

Quinto Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de quinto grado participe en actividades físicas de manera consciente, bien sea por el disfrute o por los beneficios, en términos de salud. Considera un reto motivador expandir el repertorio de destrezas motrices hacia el mejoramiento de sus capacidades. El éxito lo atribuye al esfuerzo y la práctica. Es capaz de escoger el nivel apropiado de reto para el mejoramiento personal. Se involucra con estudiantes de similar o distinto nivel de destreza, reconociendo las diferencias. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, trabajo en equipo, competencia, reto y comprensión cultural. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Establece un registro de actividades diarias e identifica el tiempo, duración y la intensidad.	1 DV	Conocerse a sí Mismo
2. Identifica los logros en la actividad física, como resultado de su esfuerzo.	1 DV	Conocerse a sí Mismo
3. Comparte con familiares y amigos en actividades físicas de moderada a vigorosa intensidad que se lleven a cabo dentro y fuera de la escuela (intramurales, día de juegos, actividades recreativas y comunitarias, entre otros).	3 DV	Trabajo en Equipo
4. Forma parte de un equipo para rivalizar por metas individuales o grupales.	3 DV	Competencia
5. Ejecuta actividades físicas que le requieren mayor esfuerzo físico.	2 DM	Reto
6. Practica los hábitos de higiene, descanso y alimentación para cuidar su cuerpo.	2 DV	Conocerse a sí Mismo
7. Ejecuta actividades de movimiento en grupos que considere interesantes y significativas e integren elementos culturales de otros países.	2 DM	Compresión Cultural

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Quinto Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de quinto grado entienda las diferencias entre los componentes de la aptitud física relacionados a la salud y que mejore sus niveles de aptitud física, según los indicadores y criterios para su edad. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración de la actividad (F.I.D.A.). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta actividades de movimiento de intensidad moderada durante veinticinco minutos tres días a la semana (F.I.D.A) para alcanzar y mantener niveles aceptables de aptitud física.	2 DM	Aptitud Física
2. Establece la diferencia al monitorear la frecuencia cardiaca antes, durante y después de ejecutar una actividad física.	2 DC	Aptitud Física
3. Ejecuta una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el desarrollo de la flexibilidad.	2 DM	Aptitud Física
4. Ejecuta juegos y actividades de movimientos simples que lo familiarice con elementos de resistencia y fortaleza muscular.	2 DM	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
5. Hace una lista de diferentes actividades, de acuerdo a los componentes de la aptitud física (tolerancia cardiorrespiratoria, tolerancia y fortaleza muscular, flexibilidad y composición del cuerpo).	2 DC	Aptitud Física
6. Enumera los componentes del sistema cardiorrespiratorio.	2 DC	Aptitud Física
7. Identifica los alimentos que debe consumir y el tipo de actividad (intensidad moderada a vigorosa) que debe realizar para mantener un peso saludable.	2 DC	Aptitud Física
8. Monitorea la composición corporal (peso e índice de grasa).	2 DC	Aptitud Física
9. Compara los resultados de las pruebas de los componentes de aptitud física con los índices establecidos para su edad y género.	1 DC	Aptitud Física
10. Interpreta información relacionada a los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos (pedómetro, monitor de frecuencia cardiaca, programas computarizados, entre otros).	3 DC	Aptitud Física

Quinto Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de quinto grado desarrolle comportamientos responsables y reconozca semejanzas y diferencias que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal, en el escenario de la actividad física. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, trabajo en equipo y liderazgo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas en diferentes escenarios y situaciones de juego	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Argumenta a favor de seguir medidas de seguridad para prevenir accidentes y lesiones en la actividad física.	3 DV	Apreciación del Movimiento
3. Practica actividades en parejas o grupales donde, incluye a otros, respetando las diferencias individuales.	2 DV	Trabajo en Equipo
4. Forma parte de grupos de trabajos para organizar e implantar actividades físicas en asociaciones escolares, clubes deportivos o grupos comunitarios, incluyendo la participación de todos.	3 DV	Liderato
5. Presenta actitudes apropiadas, de acuerdo a la situación que enfrenta en el escenario de la actividad física.	2 DV	Liderato
6. Trabaja para lograr metas comunes cuando participa en actividades de pareja o grupales.	3 DV	Trabajo en Equipo
7. Propone ideas y escucha las de otros para resolver problemas en actividades de movimiento.	4 DC	Liderato

Sexto Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de sexto grado aplique las destrezas fundamentales de movimiento en ambientes de actividad física de mayor complejidad, dinamismo y estructura, incluyendo deportes modificados. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, proyección de objetos, recepción de objetos, aptitud motriz y eficiencia mecánica. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Varía la postura de su cuerpo en situaciones de movimientos al realizar deportes modificados y otras manifestaciones del movimiento.	4	Conciencia Corporal
2. Ejecuta con precisión las destrezas de lanzar y golpear objetos en la práctica de deportes modificados y otras manifestaciones de movimiento.	4	Proyección de Objetos
3. Ejecuta con precisión la destreza de patear un objeto en movimiento en deportes modificados o actividades de movimiento.	4	Proyección de Objetos
4. Ejecuta con precisión la destreza de rebotar un balón en la práctica de deportes modificados y actividades de movimiento.	4	Proyección de Objetos
5. Ejecuta eficientemente las destrezas de atrapar, interceptar y recibir objetos de varios tamaños, pesos y formas en diversos rumbos, niveles, distancias y velocidades en deportes modificados y otras manifestaciones del movimiento.	4	Recepción de Objetos
6. Ejecuta con fluidez rutinas sencillas de baile.	4	Aptitud Motriz
7. Ejecuta eficientemente actividades que requieran coordinación, potencia, tiempo de reacción y agilidad al utilizar patrones de movimiento que involucren destrezas manipulativas, locomotoras y no locomotoras en juegos preparatorios y deportes modificados y rutinas sencillas de baile.	4	Aptitud Motriz
8. Utiliza técnicas y tácticas de ofensivas y defensivas de mayor complejidad de forma individual y grupal en deportes modificados.	3	Eficiencia Mecánica

Sexto Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados al aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de sexto grado aplique principios simples de biomecánica para proveer retroalimentación a sí mismo y a sus compañeros. Enfatiza los siguientes conceptos: conciencia corporal, eficiencia mecánica y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Explica la función de los músculos y articulaciones.	3	Conciencia Corporal
2. Explica la importancia de ejecutar correctamente una destreza para desarrollar y mantener la efectividad en la ejecución de una destreza especializada.	3	Eficiencia Mecánica
3. Destaca los datos más importantes de la historia, descripción, reglas, terminología, estrategias: ofensivas y defensivas de los diferentes deportes modificados.	3	Apreciación del Movimiento
4. Identifica patrones de movimiento que le permitan resolver diversas situaciones de juego en deportes modificados.	3	Apreciación del Movimiento
5. Explica los errores en la ejecución de una destreza motriz especializada, aplicando principios biomecánicos simples.	3	Eficiencia Mecánica
6. Interpreta las señales de arbitraje más comunes de los diferentes deportes.	3	Apreciación del Movimiento

Sexto Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de sexto grado participe en actividades físicas de manera consciente, bien sea por el disfrute o por los beneficios en términos de salud. Considera un reto motivador expandir el repertorio de destrezas motrices hacia el mejoramiento de sus capacidades. El éxito lo atribuye al esfuerzo y la practica. Es capaz de escoger el nivel apropiado de reto para el mejoramiento personal. Se involucra con estudiantes de similar o distinto nivel de destreza, reconociendo las diferencias. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, apreciación del movimiento y comprensión cultural. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel dos de la taxonomía motora, el nivel uno de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Establece un registro de actividades físicas y alimentos que consume para los siete días de la semana.	1 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Identifica los logros en la actividad física como resultado de su esfuerzo.	1 DV	Conocerse a sí Mismo
3. Describe los beneficios sociales, emocionales y de salud que obtiene como resultado de su participación en actividades físicas vigorosas.	3 DV	Apreciación del Movimiento
4. Sigue las metas de superación para realizar actividades de movimiento nuevas en la escuela y la comunidad.	3 DV	Conocerse a sí Mismo
5. Participa en actividades físicas para alcanzar retos y metas personales.	2 DM	Reto

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Practica los hábitos de higiene, descanso y alimentación para cuidar su cuerpo.	2 DV	Conocerse a sí Mismo
7. Ejecuta actividades de movimiento en grupos que considere interesantes y significativas e integren elementos culturales de otros países.	2 DM	Compresión Cultural
8. Practica regularmente actividades físicas diseñadas en un programa individualizado para mantener su salud, de acuerdo a las metas personales.	2 DV	Participación

Sexto Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de sexto grado utilice el conocimiento adquirido de los componentes de la aptitud física para alcanzar y mantener niveles aceptables de aptitud física, según los indicadores y criterios para su edad. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración de la actividad (F.I.D.A.). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos y tres de la taxonomía motora y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta actividades de movimiento de intensidad moderada durante treinta minutos tres días a la semana (F.I.D.A) para alcanzar y mantener niveles aceptables de aptitud física.	2 DM	Aptitud Física
2. Explica el efecto del ejercicio en el cambio del ritmo cardiaco al monitorear el pulso antes, durante y después de ejecutar una actividad física.	3 DC	Aptitud Física
3. Utiliza una variedad de ejercicios o actividades de movimiento para el mantener de la flexibilidad.	3 DM	Aptitud Física
4. Utiliza actividades de movimiento para desarrollar fuerza y resistencia muscular.	3 DM	Aptitud Física
5. Clasifica diferentes actividades de acuerdo a los componentes de la aptitud física (tolerancia cardiorrespiratoria, tolerancia muscular, fortaleza muscular, flexibilidad y composición del cuerpo)	3 DC	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Señala los cambios que ocurren en el sistema cardiorrespiratorio al aumentar la intensidad de un ejercicio.	3 DC	Aptitud Física
7. Clasifica los alimentos que debe consumir y el tipo de actividad (moderada – vigorosa) que debe realizar para mantener un peso saludable.	3 DC	Aptitud Física
8. Monitorea la composición corporal (peso e índice de grasa).	2 DC	Aptitud Física
9. Compara los resultados de las pruebas de los componentes de aptitud física con los índices para su edad y género.	1 DC	Aptitud Física
10. Interpreta información relacionada con los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos (pedómetro, monitor de frecuencia cardíaca, programas computarizados), entre otros.	3 DC	Aptitud Física

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Sexto Grado

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de sexto grado desarrolle comportamientos responsables y reconozca semejanzas y diferencias que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, trabajo en equipo, liderato y conocerse a sí mismo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas en diferentes escenarios y situaciones de juego.	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Argumenta a favor de seguir medidas de seguridad para prevenir accidentes y lesiones en la actividad física.	3 DV	Trabajo en Equipo
3. Practica actividades en parejas o grupales donde incluye a otros, respetando las diferencias individuales.	2 DV	Trabajo en Equipo
4. Forma parte de grupos de trabajos para organizar e implementar actividades físicas en asociaciones escolares, clubes deportivos o grupos comunitarios, incluyendo la participación de todos.	3 DV	Liderato
5. Trabaja con otros manteniendo actitudes apropiadas en diferentes escenarios de actividad física.	3 DV	Trabajo en Equipo
6. Trabaja para lograr metas comunes cuando participa en actividades de pareja o grupales.	3 DV	Trabajo en Equipo
7. Reconoce y acepta las consecuencias de sus actos antes de responsabilizar a otros.	4 DC	Conocerse a sí Mismo

Séptimo Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimientos necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de séptimo grado desarrolle capacidades para adaptar y combinar destrezas fundamentales y especializadas en una variedad de actividades de movimiento (deportes modificados, actividades acuáticas y al aire libre, ritmos, bailes y juegos). Se inicie en la aplicación de patrones de movimiento tácticos en situaciones sencillas de juego en deportes modificados individuales y colectivos. Enfatiza los siguientes conceptos: simulación, clarificación, proyección de objetos, recepción de objetos, aptitud motriz, comprensión cultural y manejo de peso. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Utiliza patrones de movimiento tácticos que involucren destrezas fundamentales y especializadas (técnicas) en situaciones de juego sencillas que requieran ajustes, según los movimientos de otros participantes.	3	Simulación/Clarificación
2. Adapta destrezas manipulativas especializadas para atender cambios en las situaciones de juego en deportes modificados de tipo individual, dual y grupal.	3	Proyección y Recepción de Objetos
3. Ejecuta con fluidez una variedad de bailes sociales en pareja o en grupo.	4	Aptitud Motriz/Comprensión Cultural
4. Modifica patrones de movimientos locomotores y no locomotores para atender demandas externas resultantes de la presencia de objetos o personas, transfiriendo el peso del cuerpo, en diferentes direcciones, velocidades y rutas.	3	Manejo de Peso

Séptimo Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de séptimo grado adquiera mayor entendimiento de principios y conceptos de movimiento para mejorar su ejecución motriz en una diversidad de actividades de movimiento, individuales, duales y grupales. Enfatiza los siguientes conceptos: aptitud motriz, conciencia corporal, eficiencia mecánica y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Enumera los principios de práctica (distribución y secuencia) del todo o sus partes y los procedimientos (metodología, calentamiento, enfriamiento, tiempo e intensidad) para desarrollar y mejorar su ejecución motriz.	2	Aptitud Motriz
2. Clasifica los componentes del aparato locomotor (huesos, articulaciones y músculos) e identifica aquellas estructuras y partes del cuerpo que inciden en un movimiento efectivo.	3	Conciencia Corporal
3. Identifica los principios biomecánicos (centro de gravedad, base de apoyo, trayectoria, absorción) y los elementos claves de la ejecución madura de diversas destrezas motrices.	3	Eficiencia Mecánica
4. Identifica los errores en su ejecución, considerando conceptos y principios biomecánicos.	3	Eficiencia Mecánica
5. Explica las ventajas y desventajas de varias estrategias y tácticas (ofensivas y defensivas) en deportes modificados individuales y de conjunto.	3	Simulación

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Séptimo Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de séptimo grado adopte un estilo de vida activo y saludable en la escuela y fuera de ella, mediante de un programa individualizado de actividades estructuradas, basado en los resultados de su evaluación, su nivel de aptitud física personal, destrezas de ejecución motriz, intereses y necesidades. Además, las experiencias de movimiento lo expondrán al trabajo en equipo y la interacción social, enfatizando el aspecto positivo de la competencia entre pares para ganar respeto y reconocimiento de otros, aumentando la confianza, la auto estima y la autoexpresión. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, apreciación del movimiento, catarsis, participación y expresión. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora, los niveles dos y tres de la taxonomía cognoscitiva y el nivel tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante, por lo menos, cinco días a la semana, incluyendo el tiempo, frecuencia, tipo de actividad e intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Diferencia entre mensajes con base científica y publicaciones engañosas que promueven estilos de vida poco saludables.	3 DV	Apreciación del Movimiento
3. Argumenta sobre el valor que tiene la actividad de movimiento como medio para liberar el estrés y sentirse bien.	3 DV	Catarsis

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Ejecuta con fluidez variedad de actividades o destrezas especializadas que le permitan socializar e interactuar con el grupo.	4 DM	Participación (interacción social)
5. Señala el progreso de sus metas personales, actividades físicas y alimentación durante los siete días de la semana.	2 DC	Conocerse a sí Mismo
6. Comparte la satisfacción de participar y cooperar con otras personas en variedad de actividades de movimiento promovidas en el núcleo escolar y fuera de éste.	3 DV	Expresión
7. Reconoce y justifica cómo la participación en actividades de movimiento en las que rivalicen unos contra otros contribuye a la superación personal.	3 DV	Apreciación del Movimiento

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora
Nivel 1 - Percepción
Nivel 2 - Modelaje
Nivel 3 - Adaptación
Nivel 4 - Refinamiento
Nivel 5 - Variación
Nivel 6 - Improvisación
Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva
Nivel 1 - Recordar/Reproducir
Nivel 2 - Destreza/Conceptos
Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de séptimo grado aplique principios básicos de entrenamiento para mantener y mejorar el nivel de aptitud física, según los indicadores y criterios de su edad. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración de la actividad (F.I.D.A.). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel tres de la taxonomía motora y los niveles dos y tres de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta ejercicio físico de intensidad vigorosa adaptándolo a sus necesidades durante por lo menos treinta minutos, tres veces por semana dirigida a desarrollar su capacidad funcional (fortaleza y tolerancia muscular, tolerancia cardiorrespiratoria y flexibilidad) en y fuera de la escuela de acuerdo a los resultados de las pruebas y necesidades personales.	3 DM	Aptitud Física
2. Monitorea e interpreta su frecuencia cardiaca antes, durante y después de realizar actividad física vigorosa utilizando la formula provista por el maestro.	3 DC	Aptitud Física
3. Interpreta los resultados de las pruebas y formula metas realistas para mejorar su nivel de aptitud física basado en los resultados obtenidos en una prueba para cada uno de los cinco componentes de la aptitud física.	3 DC	Aptitud Física
4. Hace una lista de los efectos a corto y largo plazo de la actividad física y la nutrición en la composición corporal.	2 DC	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
5. Interpreta información relacionada con los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos (pedómetro, monitor de frecuencia cardiaca, programas computadorizados) entre otros, para elaborar un perfil de aptitud física personal	3 DC	Aptitud Física
6. Identifica los conceptos de aptitud física con los diferentes sistemas del cuerpo humano: (cardiorrespiratorio, esquelético y muscular entre otros).	2 DC	Aptitud Física

Séptimo Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
 Nivel 2 - Responder al valor
 Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
 Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
 Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de séptimo grado reconozca la importancia de las reglas y los procedimientos, se involucre en la toma de decisiones y presente comportamientos responsables que faciliten el éxito individual o grupal en escenarios de actividad física; incluyendo prácticas seguras, aplicación de reglas y procedimientos, interacción social y comportamiento ético. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, normas y procedimientos de las actividades de movimiento (actividades acuáticas y al aire libre, deportes modificados, bailes y juegos).	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Identifica procedimientos básicos para prevenir y tratar accidentes en actividades específicas de movimiento.	1 DV	Liderato
3. Ejecuta actividades de movimiento como parte de un grupo, aceptando las diferencias y similitudes de los participantes y asumiendo las normas de cortesía y actitudes apropiadas.	2 DV	Trabajo en Equipo
4. Invita a los integrantes del grupo a alcanzar metas de acuerdo a sus capacidades, respetando las diferencias individuales.	3 DV	Liderato
5. Resuelve conflictos, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Señala comportamiento de los espectadores que pueden influenciar en las acciones del participante.	3 DC	Liderato
7. Brinda apoyo a cada integrante del grupo para alcanzar las metas individuales y grupales sin importar las habilidades de éstos.	1 DV	Liderato
8. Establece los factores necesarios para preservar y conservar las áreas donde se realiza la actividad física.	2 DC	Liderato
9. Propone alternativas para mantener una cultura de camaradería y respeto en escenarios de actividad física.	4 DC	Liderato

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Octavo Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar va dirigido a que el estudiante se inicie en la transición hacia la integración de diversas formas de movimientos modificados a versiones más complejas y en la combinación de destrezas fundamentales con destrezas especializadas en una variedad de manifestaciones de movimiento (juegos, deportes individuales y grupales, actividades acuáticas y en la naturaleza, ritmos y bailes). Enfatiza los siguientes conceptos: simulación, clarificación, eficiencia mecánica, aptitud motriz y comprensión cultural. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta eficientemente patrones de movimiento tácticos que involucren destrezas fundamentales y especializadas (técnicas) en situaciones de juego con ventaja y desventaja de manera individual o grupal que requieran velocidad, dirección y rutas.	4	Simulación/Clarificación
2. Ejecuta eficientemente destrezas manipulativas especializadas en al menos cuatro deportes de las siguientes categorías: individual, grupal y dual.	4	Eficiencia Mecánica
3. Ejecuta con fluidez una variedad de bailes folklóricos en pareja o en grupo.	4	Aptitud Motriz/Comprensión Cultural
4. Ejecuta con fluidez secuencias de movimiento que combinen patrones de movimiento que involucren destrezas locomotoras, no locomotoras y especializadas con cambios en la posición, dirección y niveles del cuerpo en el espacio, con fluidez y control.	4	Eficiencia Mecánica

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

- Niveles Taxonomía Cognoscitiva**
- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 - Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 - Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 - Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de octavo grado analice principios y conceptos de movimiento necesarios para mejorar su ejecución motriz en diversas situaciones de mayor complejidad en actividades individuales, duales y grupales. Enfatiza los siguientes conceptos: aptitud motriz, conciencia corporal, eficiencia mecánica y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Enumera los principios básicos de entrenamiento (FIDA), los factores hereditarios (raza, género, edad...) y ambientales (temperatura, altura, humedad, superficie...) que pueden afectar la aptitud motriz.	2	Aptitud Motriz
2. Relaciona los diversos sistemas del cuerpo humano (muscular, nervioso y esquelético) y el desarrollo físico de la persona (estatura, edad, peso...) con el desempeño físico.	4	Conciencia Corporal
3. Señala los efectos que tienen las leyes de movimientos y principios biomecánicos para la aplicación de la fuerza (velocidad de proyección, ángulo y altura) en la ejecución de las destrezas motoras.	3	Eficiencia Mecánica
4. Determina los errores en su ejecución, considerando conceptos y principios biomecánicos e indica como mejoraría la ejecución.	4	Eficiencia Mecánica
5. Selecciona la táctica más efectiva, de acuerdo a una situación de juego determinada.	4	Simulación

Octavo Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

Nivel 1 - Percepción
Nivel 2 - Modelaje
Nivel 3 - Adaptación
Nivel 4 - Refinamiento
Nivel 5 - Variación
Nivel 6 - Improvisación
Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir
Nivel 2 - Destreza/Conceptos
Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
Nivel 2 - Responder al valor
Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de octavo grado adopte un estilo de vida activo y saludable en la escuela y fuera de ella, mediante de un programa individualizado de actividades estructuradas, basado en los resultados de su evaluación, su nivel de aptitud física personal, destrezas de ejecución motriz, intereses y necesidades. Además, las experiencias de movimiento lo expondrán al trabajo en equipo y la interacción social, enfatizando el aspecto positivo de la competencia entre pares para ganar respeto y reconocimiento de otros, aumentando la confianza, la autoestima y autoexpresión. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, catarsis, participación, expresión y liderato. Las expectativas se han formulado para que alcance el nivel cuatro de la taxonomía motora, el nivel tres de la taxonomía cognoscitiva y el nivel tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante por lo menos cinco días a la semana, incluyendo el tiempo, frecuencia, actividad e intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Argumenta la importancia de entender las consecuencias de adoptar conductas de riesgo en el estilo de vida (drogas, alcohol, cigarrillos) y hábitos de alimentación, entre otros.	3 DV	Aptitud Física
3. Propone actividades de movimiento en las que participa que le permitan liberar tensión y disfrutar de las mismas.	3 DV	Catarsis

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Ejecuta con fluidez variedad de actividades de movimiento como un medio para socializar e interactuar con el grupo.	4 DM	Participación
5. Registra y clasifica el progreso de sus metas personales, actividades físicas y alimentación durante los siete días de la semana.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
6. Comparte su satisfacción cuando aumenta su ejecución, a través de la práctica y el esfuerzo.	3 DV	Expresión
7. Comparte con otros en actividades físicas, independientemente de sus habilidades.	3 DV	Liderato

Octavo Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

- Niveles Taxonomía Motora**
- Nivel 1 - Percepción
 - Nivel 2 - Modelaje
 - Nivel 3 - Adaptación
 - Nivel 4 - Refinamiento
 - Nivel 5 - Variación
 - Nivel 6 - Improvisación
 - Nivel 7 - Composición

- Niveles Taxonomía Cognoscitiva**
- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 - Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 - Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 - Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de octavo grado aplique principios básicos de entrenamiento para mantener y mejorar el nivel de aptitud física, según los indicadores y criterios de su edad, practicando actividades seleccionadas que satisfagan sus necesidades personales. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración (F.I.D.A.) de la actividad. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel tres de la taxonomía motora y los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta actividad física de intensidad moderada a vigorosa por lo menos treinta minutos, tres veces por semana, dirigida a desarrollar su capacidad funcional dentro y fuera de la escuela que le permita alcanzar y mantener los componentes de aptitud física de acuerdo con los resultados del diagnóstico y adaptándolas a sus necesidades personales.	3 DM	Aptitud Física
2. Monitorea e interpreta su frecuencia cardiaca antes, durante y después de realizar actividad física vigorosa, utilizando la formula provista por el maestro.	3 DC	Aptitud Física
3. Analiza los resultados de las pruebas y establece metas y prioridades para cada uno de los cinco componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física
4. Señala los efectos a corto y largo plazo de la actividad física y la nutrición en la composición corporal.	3 DC	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
5. Interpreta información relacionada con los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos (pedómetro, monitor de frecuencia cardíaca, programas computarizados e Internet), entre otros.	3 DC	Aptitud Física
6. Clasifica los conceptos de aptitud física con los diferentes sistemas del cuerpo humano: cardiorrespiratorio, esquelético y muscular, entre otros.	3 DC	Aptitud Física

Octavo Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de octavo grado reconozca la importancia de las reglas y los procedimientos, se involucre en la toma de decisiones, dirija comportamientos responsables que faciliten el éxito individual o grupal en escenarios de actividad física. Incluye prácticas seguras, aplicación de reglas y procedimientos, interacción social y comportamiento ético. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, normas y procedimientos de las actividades de movimiento (actividades acuáticas y al aire libre, deportes, bailes y juegos).	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Practica procedimientos básicos para prevenir y tratar accidentes en actividades de movimiento.	2 DV	Liderato
3. Trabaja como parte de un grupo, aceptando las diferencias y similitudes de los participantes y asumiendo las normas de cortesía y actitudes apropiadas.	3 DV	Trabajo en Equipo
4. Invita a los integrantes del grupo a alcanzar metas de acuerdo a sus capacidades sin limitar por diferencias individuales.	3 DV	Liderato
5. Propone alternativas para resolver los conflictos interpersonales, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Señala comportamiento de los espectadores que pueden influenciar en las acciones del participante.	3 DC	Liderato
7. Da apoyo a cada integrante del grupo para alcanzar las metas individuales y grupales sin importar las habilidades de éstos.	1 DV	Liderato
8. Señala las consecuencias de no cuidar las áreas donde se realiza actividad física.	3 DC	Liderato
9. Propone alternativas para mantener una cultura de camaradería y respeto en escenarios de actividad física.	4 DC	Liderato

Noveno Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar va dirigido a que el estudiante de noveno grado combine destrezas fundamentales y especializadas en una variedad de manifestaciones del movimiento (juegos, deportes individuales y grupales, actividades acuáticas y de la naturaleza, ritmos, bailes), así como el uso diversificado de éstas para manejar situaciones tácticas y resolver problemas de movimiento. Culminará la transición hacia versiones más complejas de movimiento. Enfatiza los siguientes conceptos: simulación, clarificación, eficiencia mecánica, aptitud motriz y comprensión cultural. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles cuatro y cinco de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Diversifica patrones de movimientos tácticos que involucren destrezas fundamentales y especializadas (técnicas) en situaciones de juegos sencillos que requieren la solución de problemas tácticos.	5	Simulación/Clarificación
2. Ejecuta eficientemente destrezas manipulativas especializadas en situaciones de juego en, al menos, cuatro deportes de las siguientes categorías: individual, grupal y dual.	4	Eficiencia Mecánica
3. Ejecuta secuencias rítmicas que envuelvan patrones de movimiento en una variedad de bailes multiculturales con y sin implementos.	4	Aptitud Motriz/Comprensión Cultural
4. Ejecuta eficientemente destrezas especializadas en, al menos, una de las siguientes manifestaciones: deportes individual, dual o de grupo, baile y actividades en la naturaleza.	4	Eficiencia Mecánica

Noveno Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de noveno grado demuestre capacidad para aplicar principios y conceptos de movimiento en la solución de problemas para mejorar su desempeño en las diversas actividades en las que participe, así como, seleccionar estrategias y tácticas sencillas de juego. Enfatiza los siguientes conceptos: aptitud motriz, conciencia corporal, eficiencia mecánica y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Clasifica los principios científicos fisiológicos (calentamiento, enfriamiento, principios FIDA) y biomecánicos (niveles, tipos de músculos, contracciones y fuerza) para mejorar su desempeño motriz.	3	Aptitud Motriz
2. Determina la relación entre factores de tipo físico, mental y emocional y el desempeño motriz.	4	Conciencia Corporal
3. Determina los efectos que tienen las leyes de movimiento y principios biomecánicos (centro de gravedad, base de apoyo, trayectoria, absorción, velocidad, ángulo, altura, entre otros) en la ejecución de destrezas motoras.	3	Aptitud Motriz
4. Evalúa su capacidad y efectividad de movimiento, utilizando diversos instrumentos y medios tecnológicos.	4	Eficiencia Mecánica
5. Diseña estrategias ofensivas y defensivas sencillas para solucionar problemas tácticos.	4	Simulación

Noveno Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de noveno grado reconozca y adquiera pleno conocimiento del significado de la actividad física para mantener un estilo de vida saludable. Posea las destrezas, el conocimiento y el interés de mantener un estilo de vida activo en la escuela y fuera de ella. Tome decisiones personales en cuanto a su participación en actividades físicas y las fundamente en sus necesidades, capacidades y recursos. Aplique de manera independiente principios de entrenamiento para mejorar su participación en deportes o actividades específicas. Disfrute del logro personal de alcanzar sus metas y de participar regularmente en actividades seleccionadas, ya sea solo o en grupo. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, catarsis, reto, expresión y clarificación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora, el nivel tres de la taxonomía cognoscitiva y los niveles tres y cuatro de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante por lo menos cinco días a la semana incluyendo el tiempo, la frecuencia, el tipo de actividad y la intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Explica la importancia de adoptar hábitos de higiene, alimentación y actividad física, entre otros para tener un estilo de vida saludable.	4 DV	Conocerse a sí Mismo
3. Propone y participa regularmente en actividades físicas dentro y fuera de la escuela que provean bienestar general, liberar tensión y satisfagan sus necesidades.	3 DV	Catarsis

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Planifica y ejecuta con fluidez actividades de movimiento de organización simple que sean novedosas y representen un reto para sí y para el grupo del que forme parte.	4 DM	Reto
5. Explica las razones por las cuales participa y realiza actividades físicas (beneficios a la salud, disfrutar, alcanzar nuevos niveles de desarrollo motriz, condición física, reto e interacción social) en la escuela y la comunidad.	3 DC	Apreciación del Movimiento
6. Propone y provee para la inclusión de sus compañeros en actividades físicas, independientemente de las diferencias individuales que existan.	3 DV	Liderato
7. Ejecuta con fluidez diferentes actividades de movimiento como medio de autoexpresión.	4 DM	Expresión/Clarificación

Noveno Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de noveno grado aplique principios y conceptos para mantener y mejorar el nivel de aptitud física, a través de un programa diseñado con la ayuda del maestro, que satisfaga sus necesidades personales. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración (F.I.D.A.) de la actividad. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora y los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta de manera eficiente actividad física de intensidad moderada a vigorosa por lo menos treinta minutos, tres veces por semana, dirigida a desarrollar su capacidad funcional dentro y fuera de la escuela que le permita alcanzar y mantener los componentes de aptitud física (fortaleza y tolerancia muscular, tolerancia cardiorrespiratoria, flexibilidad) de acuerdo con los resultados del diagnóstico, sus necesidades personales y el plan diseñado.	4 DM	Aptitud Física
2. Interpreta los resultados de la frecuencia cardiaca para determinar la intensidad del ejercicio.	3 DC	Aptitud Física
3. Evalúa los resultados de las pruebas y establece metas y prioridades para cada uno de los componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Analiza la relación entre la composición corporal, la nutrición, los factores hereditarios y el nivel de actividad física con el funcionamiento efectivo del sistema cardiorrespiratorio.	4 DC	Aptitud Física
5. Analiza información relacionada con los componentes de la aptitud física, utilizando diferentes medios tecnológicos (pedómetro, monitor de frecuencia cardíaca, programas computarizados e Internet, entre otros).	4 DC	Aptitud Física
6. Relaciona los conceptos de aptitud física con los diferentes sistemas del cuerpo humano: (cardiorrespiratorio, esquelético y muscular, entre otros.)	4 DC	Aptitud Física
7. Diseña un plan de ejercicios que incluya su perfil, diagnóstico, metodología y tiempo de entrenamiento dirigido a mejorar los cinco componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física

Noveno Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
 Nivel 2 - Responder al valor
 Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
 Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
 Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de noveno grado reconozca la importancia de las reglas y los procedimientos y se involucre en la toma de decisiones responsables, considerando diferencias de criterios entre pares y las consecuencias de sus acciones en escenarios de actividad física. Incluye prácticas seguras, aplicación de reglas y procedimientos, interacción social y comportamiento ético. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles uno, dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, normas y procedimientos de las actividades de movimiento (deportes, bailes, actividades acuáticas, al aire libre y juegos).	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Practica procedimientos básicos para prevenir y tratar accidentes en actividades de movimiento.	2 DV	Liderato
3. Trabaja como parte de un grupo, aceptando las diferencias y similitudes de los participantes y asumiendo las normas de cortesía y actitudes apropiadas.	3 DV	Trabajo en Equipo
4. Invita a los integrantes del grupo a alcanzar metas de acuerdo a sus capacidades sin diferencias individuales.	3 DV	Liderato
5. Propone alternativas para resolver conflictos, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
6. Señala comportamiento de los espectadores que pueden influenciar en las acciones del participante.	3 DC	Liderato
7. Da apoyo a cada integrante del grupo para alcanzar las metas individuales y grupales sin importar las habilidades de éstos.	1 DV	Liderato
8. Presenta alternativas para cuidar y preservar las áreas donde se realiza la actividad física.	4 DC	Liderato
9. Propone alternativas para mantener una cultura de camaradería y respeto en escenarios de actividad física.	4 DC	Liderato

Décimo Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

- Niveles Taxonomía Motora**
- Nivel 1 - Percepción
 - Nivel 2 - Modelaje
 - Nivel 3 - Adaptación
 - Nivel 4 - Refinamiento
 - Nivel 5 - Variación
 - Nivel 6 - Improvisación
 - Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar va dirigido a que el estudiante de décimo grado seleccione actividades de movimiento, de acuerdo a sus intereses y capacidades. Demostrará habilidad para ejecutar destrezas motoras, patrones de movimiento y aplicar destrezas tácticas de juego que le permitan participar efectivamente y disfrutar en una variedad de manifestaciones de movimiento. Se enfatizan los siguientes conceptos: eficiencia mecánica, aptitud motriz, comprensión cultural, simulación y clarificación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles cuatro y cinco de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta eficientemente destrezas básicas o avanzadas (técnica) de una actividad de por lo menos tres manifestaciones del movimiento (deportes individuales, duales, de grupo, bailes, actividades de la naturaleza o acuáticas).	4	Eficiencia Mecánica
2. Ejecuta con fluidez una coreografía que incluya diversas combinaciones de movimientos y destrezas con o sin implementos, utilizando diferentes compases y ritmos.	4	Aptitud Motriz/Comprensión Cultural
3. Diversifica patrones de movimiento que involucren destrezas especializadas en situaciones de juego (tácticas) que requieren la solución de problemas tácticos.	5	Simulación/Clarificación

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Décimo Grado

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de décimo grado aplique conceptos y principios de práctica para mejorar su ejecución motriz en actividades físicas de su selección y en la solución de problemas complejos de movimiento. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, aptitud motriz y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Analiza las variables psicológicas y fisiológicas que afectan el rendimiento y desempeño en la actividad de movimiento.	4	Conocerse a sí Mismo
2. Diseña un plan individual para una actividad de movimiento de su predilección, aplicando principios y conceptos de movimiento.	4	Aptitud Motriz
3. Planifica estrategias y tácticas de juego que le permitan mejorar el desempeño del equipo en la ofensiva y defensiva.	4	Simulación
4. Propone un plan para mejorar los componentes de aptitud motriz (balance, tiempo de reacción, agilidad, coordinación, fuerza explosiva y velocidad) en la manifestación de movimiento de su predilección.	4	Aptitud Motriz

Décimo Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de décimo grado reconozca y adquiera pleno conocimiento del significado de la actividad física para mantener un estilo de vida saludable. Posea las destrezas, el conocimiento y el interés de mantener un estilo de vida activo en la escuela y fuera de ella. Tome decisiones personales en cuanto a su participación en actividades físicas y las fundamente en sus necesidades, capacidades y recursos. Aplique de manera independiente principios de entrenamiento para mejorar su participación en deportes o actividades específicas. Disfrute del logro personal de alcanzar sus metas y de participar regularmente en actividades seleccionadas, ya sea solo o en grupo. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, aptitud motriz, catarsis y apreciación del movimiento. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía motora, el nivel tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y el nivel uno de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante, por lo menos, cinco días a la semana, incluyendo el tiempo, la frecuencia, el tipo de actividad y la intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Ajusta las actividades físicas que realiza, de acuerdo a los resultados personales y necesidades.	4 DC	Conocerse a sí Mismo
3. Identifica los logros alcanzados y reconoce su esfuerzo.	1 DV	Conocerse a sí Mismo

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Explica y defiende las razones al participar en actividades de movimiento (beneficios a la salud, disfrutar, alcanzar nuevos niveles de desarrollo motriz, condición física, reto e interacción social) en la escuela y la comunidad.	3 DC	Apreciación del Movimiento
5. Ejecuta con fluidez actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa que le son significativas dentro y fuera del ambiente escolar.	4 DM	Aptitud Motriz
6. Utiliza variedad de actividades físicas para manejar adecuadamente los niveles de tensión.	3 DM	Catarsis

Décimo Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de décimo grado aplique conceptos y principios de entrenamiento en el diseño e implementación de programas de aptitud física personalizados para alcanzar y mantener un nivel de aptitud física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración (F.I.D.A.) de la actividad. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora y en los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta de manera eficiente actividad física de intensidad moderada a vigorosa, por lo menos treinta minutos, por lo menos cinco días a la semana, en la escuela, en el hogar o en la comunidad para desarrollar capacidad funcional y acercarse, alcanzar o mantener niveles adecuados en los cinco componentes de aptitud física, según los criterios establecidos para su edad, género y condición.	4 DM	Aptitud Física
2. Diseña un programa trimestral de ejercicios que incluya su perfil, diagnóstico, metodología y tiempo de entrenamiento, dirigido a mejorar los cinco componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física
3. Evalúa periódicamente su programa de aptitud física personal y realiza ajustes para asegurar el logro de sus metas.	4 DC	Aptitud Física
4. Explica los efectos de las sustancias controladas (drogas, anabólicos, entre otras) en la ejecución física.	3 DC	Aptitud Física
5. Argumenta a favor de adoptar un estilo de vida activo y saludable para prevenir enfermedades en la tercera edad.	4 DC	Aptitud Física

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Décimo Grado

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de décimo grado practique comportamiento responsable que le facilite alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física, al interactuar con compañeros de diferentes trasfondos y capacidades. Estos comportamientos incluyen seguir prácticas seguras, adherencia a las reglas de juego y el trabajo en equipo para alcanzar metas comunes. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y en los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, normas y procedimientos de acuerdo a la actividad en que participa y estimula a otros a cumplir las mismas.	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Señala y previene situaciones que ameriten medidas de seguridad en ambientes de actividad física.	3 DC	Liderato
3. Trabaja como parte de un grupo en el desarrollo de actividades físicas (intramurales, interescolares y comunitarias) en diferentes roles (árbitro, anotador, estadístico, dirigente, jugador, encargado de equipo, entre otros).	3 DV	Trabajo en Equipo
4. Diseña programa de actividades divertidas, juegos, deportes, ritmo y aventura, entre otras, dirigidas a prestar servicios deportivos y recreativos, considerando las capacidades y limitaciones de los participantes.	4 DC	Liderato
5. Identifica estrategias para manejar y resolver conflictos, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato
6. Ejecuta actividades de movimiento como parte de un grupo, cooperando para alcanzar una meta común.	2 DV	Trabajo en Equipo

Undécimo Grado

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar va dirigido a que el estudiante de undécimo grado aplique destrezas, técnicas y tácticas avanzadas en las manifestaciones de movimiento que seleccione de acuerdo a sus intereses y capacidades. Enfatiza los siguientes conceptos: eficiencia mecánica, aptitud motriz y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles cuatro y cinco de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta eficientemente destrezas básicas o avanzadas (técnica) de una actividad, de por lo menos, tres manifestaciones del movimiento (deportes individuales, duales, de grupo, bailes, actividades de la naturaleza o acuáticos)	4	Eficiencia Mecánica
2. Ejecuta con fluidez una coreografía de baile de su selección.	4	Aptitud Motriz
3. Diversifica patrones de movimiento que involucren destrezas especializadas en situaciones de juego (tácticas) que requieren la solución de problemas tácticos.	5	Simulación

Undécimo Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de undécimo grado aplique variedad de conceptos y principios complejos de movimiento humano para aprender nuevas destrezas y patrones de movimiento, retroalimentarse y mejorar la calidad de su ejecución motriz de forma independiente. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, eficiencia mecánica, simulación y aptitud motriz. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Analiza los resultados de las estadísticas nacionales y estatales relacionadas con los factores ambientales fisiológicos y psicológicos que afectan el desempeño de un individuo en diversos escenarios y manifestaciones del movimiento.	4	Conocerse a sí Mismo
2. Aplica conceptos biomecánicos y principios fisiológicos para aprender nuevas destrezas especializadas y evaluar su ejecución motriz, en diversas formas de movimiento de su selección.	4	Eficiencia Mecánica
3. Propone diversas tácticas de ofensiva y defensiva, según las reglas y la situación particular de juego con el propósito de solucionar problemas tácticos y lograr metas determinadas, en al menos, un deporte individual y uno colectivo de su preferencia.	4	Simulación
4. Propone un plan individual con el propósito de mantener un nivel óptimo de aptitud motriz (balance, tiempo de reacción, agilidad, coordinación, fuerza explosiva y velocidad) en la manifestación de movimiento de su predilección.	4	Aptitud Motriz

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Undécimo Grado

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de undécimo grado reconozca y adquiera pleno conocimiento del significado de la actividad física para mantener un estilo de vida saludable. Posea las destrezas, el conocimiento y el interés de mantener un estilo de vida activo en la escuela y fuera de ella. Aplique de manera independiente principios de entrenamiento para mejorar su participación en deportes o actividades específicas. Tome decisiones personales en cuanto a su participación en actividades físicas y las fundamente en sus necesidades, capacidades y recursos. Disfrute del logro personal de alcanzar sus metas y de participar regularmente en actividades seleccionadas, ya sea solo o en grupo. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, apreciación del movimiento, competencia y catarsis. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y el nivel dos de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante por lo menos cinco días a la semana, incluyendo el tiempo, la frecuencia, el tipo de actividad y la intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Ajusta las actividades físicas que realiza de acuerdo a los resultados personales y necesidades.	4 DC	Conocerse a sí Mismo
3. Presenta los logros alcanzados y describe su esfuerzo.	2 DV	Conocerse a si Mismo
4. Selecciona actividades que satisfagan sus intereses y necesidades (beneficios a la salud, disfrutar, alcanzar nuevos niveles de desarrollo motriz, condición física, reto e interacción social) en la escuela y la comunidad.	4 DC	Apreciación del Movimiento

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
5. Propone y ejecuta con fluidez actividades de movimiento que requieren mayor capacidad motriz, condición física y dedicación.	4 DM	Competencia
6. Integra a su planificación y ejecuta con fluidez una variedad de actividades físicas que le ayuden a liberar tensión y a relajarse.	4 DM	Catarsis
7. Evalúa la propaganda difundida por los medios de comunicación y promueve las características de la persona educada físicamente en toda su acepción.	4 DC	Conocerse a sí Mismo

Undécimo Grado

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de undécimo grado diseñe, implemente, evalúe y modifique planes personalizados dirigidos a alcanzar, mantener y mejorar niveles de aptitud física adecuados. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración de la actividad (F.I.D.A.). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora y el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta de manera eficiente actividad física de intensidad moderada a vigorosa, por lo menos treinta minutos, por lo menos cinco días a la semana, en la escuela, en el hogar o en la comunidad, para desarrollar capacidad funcional y acercarse, alcanzar o mantener niveles adecuados en los cinco componentes de aptitud física, según los criterios establecidos para su edad, género y condición.	4 DM	Aptitud Física
2. Diseña un programa trimestral personal de ejercicios que incluya su perfil, diagnóstico, metodología y tiempo de entrenamiento dirigido a mejorar los cinco componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física
3. Evalúa periódicamente su programa de aptitud física personal y realiza ajustes para asegurar el logro de sus metas.	4 DC	Aptitud Física
4. Analiza la calidad y confiabilidad de diversos programas, servicios y productos relacionados a la aptitud física fundamentadas en bases científicas e investigativas.	4 DC	Aptitud Física
5. Determina los factores que inciden en la disminución de la actividad física en las diversas etapas de la vida adulta.	4 DC	Aptitud Física

Undécimo Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de undécimo grado practique comportamientos responsables que le faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física, al interactuar con compañeros de diferentes trasfondos y capacidades. Estos comportamientos incluyen seguir prácticas seguras, adherencia a las reglas de juego y el trabajo en equipo para alcanzar metas comunes. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos y tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, normas y procedimientos de acuerdo a la actividad en que participa y estimula a otros a cumplir las mismas.	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Señala y previene situaciones que ameriten medidas de seguridad en ambientes de actividad física.	3 DC	Liderato
3. Trabaja como parte de un grupo en el desarrollo de actividades físicas (intramurales, interescolares y comunitarias) en diferentes roles (árbitro, anotador, estadísticos, encargado de equipo, entre otros).	3 DV	Trabajo en Equipo

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Diseña programa de actividades dirigidos a prestar servicios deportivos y recreativos considerando las capacidades y limitaciones de los participantes.	4 DC	Liderato
5. Propone diferentes alternativas para manejar conflictos adecuadamente, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato
6. Ejecuta actividades de movimiento como parte de un grupo, cooperando para alcanzar una meta común.	2 DV	Trabajo en Equipo

ESTÁNDAR 1: DOMINIO DEL MOVIMIENTO

- Niveles Taxonomía Motora**
- Nivel 1 - Percepción
 - Nivel 2 - Modelaje
 - Nivel 3 - Adaptación
 - Nivel 4 - Refinamiento
 - Nivel 5 - Variación
 - Nivel 6 - Improvisación
 - Nivel 7 - Composición

Estándar de Contenido: Ejecuta eficientemente destrezas motoras y patrones de movimiento necesarios para llevar a cabo una variedad de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de duodécimo grado demuestre proficiencia y habilidad para variar, improvisar y diseñar patrones de movimiento especializados, en al menos, una manifestación de movimiento seleccionada de acuerdo a sus intereses y capacidades, que le permita participar y disfrutar en la escuela y fuera de esta. Enfatiza los siguientes conceptos: eficiencia mecánica, aptitud motriz y simulación. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, los niveles cuatro y cinco de la taxonomía motora, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta eficientemente destrezas básicas o avanzadas (técnica) de una actividad, de por lo menos, tres manifestaciones del movimiento. (deportes individuales, duales de grupo, bailes, actividades de la naturaleza o acuáticos)	4	Eficiencia Mecánica
2. Ejecuta con fluidez una coreografía de baile con movimientos creativos.	4	Aptitud Motriz
3. Diversifica patrones de movimiento que involucren destrezas especializadas en situaciones de juego (tácticas) que requieren la solución de problemas tácticos.	5	Simulación

Duodécimo Grado

ESTÁNDAR 2: COMPRENSIÓN DEL MOVIMIENTO

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir

Nivel 2 - Destreza/Conceptos

Nivel 3 - Pensamiento Estratégico

Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Comprende conceptos, principios, estrategias y tácticas que pueden ser aplicados para el aprendizaje y desarrollo de actividades físicas.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de duodécimo grado aplique de manera independiente y rutinaria una variedad de principios y conceptos de mayor complejidad. Enfatiza los siguientes conceptos: eficiencia mecánica, aptitud motriz, simulación y liderato. Las expectativas se han formulado para que alcance, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Determina los factores ambientales, fisiológicos y psicológicos que pueden afectar el desempeño motor de un individuo en diversos escenarios y manifestaciones del movimiento humano.	4	Eficiencia Mecánica
2. Diseña un plan, aplicando principios biomecánicos y de aprendizaje motor dirigido a mejorar su desempeño en la manifestación de movimiento de su predilección.	4	Aptitud Motriz
3. Propone estrategias y tácticas de juego, tomando en consideración los conceptos de movimiento aplicables, características del contrario y la situación de juego en particular.	4	Simulación
4. Propone recomendaciones para que la persona continúe practicando actividades de movimiento en todas las etapas de la vida adulta, tomando en consideración los factores de físicos, sociales, psicológicos y económicos, dirigido a mantener su potencial máximo de desarrollo humano.	4	Liderato

Duodécimo Grado

ESTÁNDAR 3: VIDA ACTIVA Y SALUDABLE

Niveles Taxonomía Motora

- Nivel 1 - Percepción
- Nivel 2 - Modelaje
- Nivel 3 - Adaptación
- Nivel 4 - Refinamiento
- Nivel 5 - Variación
- Nivel 6 - Improvisación
- Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Participa con regularidad en la actividad física y la valora por sus beneficios a la persona en todas sus dimensiones.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de duodécimo grado reconozca y adquiera pleno conocimiento del significado de la actividad física para mantener un estilo de vida saludable. Posea las destrezas, el conocimiento y el interés de mantener un estilo de vida activo en la escuela y fuera de ella. Tome decisiones personales en cuanto a su participación y las fundamente en sus necesidades, capacidades y recursos. Aplique de manera independiente principios de entrenamiento para mejorar su participación en deportes o actividades específicas. Demuestre entendimiento en por qué los patrones de participación cambian a través de la vida y es capaz de implementar estrategias para trabajar o manejar con estos cambios. Disfrute del logro personal de alcanzar sus metas y de participar regularmente en actividades seleccionadas, ya sea solo o en grupo. Enfatiza los siguientes conceptos: conocerse a sí mismo, apreciación del movimiento, competencia, comprensión cultural y expresión. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora, los niveles tres y cuatro de la taxonomía cognoscitiva y el nivel tres de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Registra y clasifica las actividades que realiza durante, por lo menos, cinco días a la semana, incluyendo el tiempo, la frecuencia, el tipo de actividad y la intensidad.	3 DC	Conocerse a sí Mismo
2. Ajusta las actividades físicas que realiza, de acuerdo a los resultados personales y necesidades.	4 DC	Conocerse a sí Mismo
3. Comparte los logros y se auto-recompensa por el éxito alcanzado.	3 DV	Conocerse a sí Mismo

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Diseña un programa de actividades que satisfaga sus intereses y necesidades (beneficios a la salud, disfrutar, alcanzar nuevos niveles de desarrollo motriz, condición física, reto e interacción social) en la escuela y la comunidad.	4 DC	Apreciación del Movimiento (significado social)
5. Promueve y ejecuta eficientemente actividades de movimiento que requieren mayor capacidad motriz, condición física y dedicación.	4 DM	Competencia
6. Propone maneras de cómo facilitar la participación de personas con diversidad de trasfondos y características (edad, género, grupo étnico, nivel socioeconómico y herencia cultural) en la actividad de movimiento.	4 DC	Comprensión Cultural
7. Justifica que las actividades de movimiento le permitan atender efectivamente las necesidades de actividad física que resultan de los cambios en las diferentes etapas de la vida humana.	3 DC	Apreciación del Movimiento (significado social)
8. Ejecuta con fluidez actividades de movimiento en las que exprese sus sentimientos y emociones (bailes, pantomimas, etc.).	4 DM	Expresión

ESTÁNDAR 4: APTITUD FÍSICA PERSONAL

Duodécimo Grado

Nivel 1 - Percepción
 Nivel 2 - Modelaje
 Nivel 3 - Adaptación
 Nivel 4 - Refinamiento
 Nivel 5 - Variación
 Nivel 6 - Improvisación
 Nivel 7 - Composición

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

Nivel 1 - Recordar/Reproducir
 Nivel 2 - Destreza/Conceptos
 Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
 Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Estándar de Contenido: Alcanza y mantiene un nivel adecuado de aptitud física personal.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de duodécimo grado diseñe, implemente, evalúe y modifique planes personalizados dirigidos a alcanzar, mantener y mejorar niveles de aptitud física adecuados. Se enfatiza en que el estudiante asuma responsabilidad por mantener niveles adecuados de aptitud física. Enfatiza en el concepto de aptitud física (componentes relacionados a la salud: tolerancia cardiorrespiratoria, fuerza y tolerancia muscular, flexibilidad y composición corporal), considerando la frecuencia, intensidad y duración de la actividad (F.I.D.A.). Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía motora y el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Ejecuta de manera eficiente actividad física de intensidad moderada a vigorosa, por lo menos treinta minutos, por lo menos cinco días a la semana en la escuela, en el hogar o en la comunidad, para desarrollar capacidad funcional y acercarse a alcanzar o mantener niveles adecuados en los cinco componentes de aptitud física según los criterios establecidos para su edad, género y condición.	4 DM	Aptitud Física
2. Diseña un programa trimestral personal de ejercicios que incluya su perfil, diagnóstico, metodología y tiempo de entrenamiento dirigido a mejorar los cinco componentes de la aptitud física.	4 DC	Aptitud Física
3. Evalúa y modifica programas de acondicionamiento físico dirigidos a mejorar su aptitud física.	4 DC	Aptitud Física

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
4. Selecciona programas, servicios y productos relacionados a la aptitud física fundamentados en principios científicos e investigativos que le ayuden a mejorar su capacidad funcional y prevenir enfermedades hipocinéticas durante las diferentes etapas de su vida.	4 DC	Aptitud Física
5. Argumenta a favor de participar regularmente en actividad física y poseer niveles adecuados de aptitud física como una medida efectiva para la prevención de enfermedades, mejorar su calidad de vida y reducir los costos médicos en las diferentes etapas de la vida adulta.	4 DC	Aptitud Física
6. Selecciona información de los principios y conceptos aprendidos y promueve programas de aptitud física y bienestar total.	4 DC	Aptitud Física

Duodécimo Grado

ESTÁNDAR 5: CONDUCTA RESPONSABLE

Niveles Taxonomía Cognoscitiva

- Nivel 1 - Recordar/Reproducir
- Nivel 2 - Destreza/Conceptos
- Nivel 3 - Pensamiento Estratégico
- Nivel 4 - Pensamiento Aplicado

Niveles Taxonomía de Valores

- Nivel 1 - Captar, reconocer el valor
- Nivel 2 - Responder al valor
- Nivel 3 - Valorar, preferir el valor
- Nivel 4 - Organizar, interiorizar el valor
- Nivel 5 - Caracterizar el valor

Estándar de Contenido: Actúa responsablemente y exhibe una conducta socialmente aceptable en distintos escenarios relacionados a la actividad física.

Descripción: El énfasis de este estándar es que el estudiante de duodécimo grado practique comportamientos responsables que faciliten alcanzar éxito de forma individual y grupal en el escenario de la actividad física, al interactuar con compañeros de diferentes trasfondos y capacidades. Estos comportamientos incluyen seguir prácticas seguras, adherencia a las reglas de juego y el trabajo en equipo para alcanzar metas comunes. Enfatiza los siguientes conceptos: apreciación del movimiento, liderato y trabajo en equipo. Las expectativas se han formulado para que alcance, como mínimo, el nivel cuatro de la taxonomía cognoscitiva y los niveles dos, tres y cuatro de la taxonomía de valores, estimulándolo a alcanzar el máximo, de acuerdo a su capacidad.

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
1. Sigue las reglas, las normas y los procedimientos, de acuerdo a la actividad en que participa y estimula a otros a cumplir las mismas.	3 DV	Apreciación del Movimiento
2. Propone alternativas y previene situaciones que ameriten medidas de seguridad en ambientes de actividad física.	4 DC	Liderato
3. Identifica el rol de su preferencia y lo práctica consistentemente con sus compañeros (árbitro, estadístico, jugador, dirigente, anotador) para su eventual incorporación al mundo del trabajo.	4 DV	Trabajo en Equipo
4. Diseña programa de actividades dirigidos a prestar servicios deportivos y recreativos, considerando las capacidades y limitaciones de los participantes.	4 DC	Liderato

EXPECTATIVAS	NIVEL	CONCEPTO
5. Presenta diferentes alternativas para manejar conflictos adecuadamente, respetando los derechos y sentimientos de los demás.	4 DC	Liderato
6. Ejecuta actividades de movimiento como parte de un grupo, cooperando para alcanzar una meta común.	2 DV	Trabajo en Equipo

GLOSARIO

Actividad	Tipo de acción o ejercicio que se realiza (relacionado con F.I.D.A.).
Actividad de movimiento	Todas las expresiones del movimiento representadas, como destrezas fundamentales, ritmos, bailes, juegos, ejercicios y deportes.
Actividad física	Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que resulta en gasto energético.
Actividad física moderada	Movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que resulta en gasto energético, fluctuando entre 3 a 6 METS o de 150 a 200 kilocalorías (Kcal.) por día.
Actividad física vigorosa	Ejercicio que representa un desafío sustancial por encima de los 6 METS o 60% de la captación máxima de oxígeno (VO ₂). Equivale a lo que se denomina ejercicio físico.
Actividad aláctica	No produce ácido láctico.
Actividad láctica	Produce ácido láctico.
Avalúo	Proceso sistemático, comprensivo, continuo, colaborativo y amplio donde se recopila información, a través de múltiples modos e instrumentos para constatar el adelanto del estudiante en el desarrollo de conceptos, destrezas y actitudes, según los resultados de aprendizaje esperados.
Aprendizaje motor	Estudio sobre cómo las diferentes destrezas y los movimientos motores son aprendidos, mejorados y especializados, mediante los procesos de práctica y experiencia.
Bailar	Mover el cuerpo y sus miembros, siguiendo en general, el compás de la música.

Concepto	Idea clara y completa que concibe el entendimiento, expresándolo en palabras. En este documento se refiere a los propósitos de movimiento de las personas, según indicados en el esquema conceptual del Modelo Curricular del Programa.
Coreografía	Secuencia de movimientos, combinados lógicamente entre sí, con un principio y final determinado, ejecutados al ritmo de la música. Composición de un baile.
Destreza fundamental	Habilidad básica: locomotora, no locomotora o manipulativa.
Destreza especializada	Habilidad locomotora, no locomotora o manipulativa que caracteriza un deporte en particular.
Diálogo en clase	Conversación que se desarrolla en clase para facilitar el constatar el desarrollo de un comportamiento deseado por parte del estudiante. El maestro crea el ambiente necesario.
Duración	Cantidad de tiempo que está realizando una actividad física o ejercicio.
Educación física	Materia del currículo que estudia el fenómeno del movimiento humano en sus múltiples expresiones: baile, deporte, juego, actividad en la naturaleza, culturales y cualquiera otra que utiliza el movimiento del cuerpo para que el estudiante se constituya en una persona educada físicamente.
Ejercicio físico	Actividad física planificada, estructurada, repetitiva y dirigida hacia un fin para el mejoramiento o mantenimiento de uno o más de los componentes de la aptitud física.
Estrategia deportiva	Habilidad para conducir acciones, planes y planteamientos a ser puestos en acción en la competencia deportiva con el propósito de resolver favorablemente las situaciones de juego.

Estilo de vida activo y saludable	Patrón de comportamiento, valores y formas de vida caracterizado por atender con prioridad la actividad física, alimentación balanceada, descanso, sueño, control de alcohol y sustancias adictivas para atender las diferentes dimensiones de la persona.
F.I.D.A.	Siglas que indican: frecuencia, intensidad, duración y actividad. Traducción al español de FITT.
Fluidez	Ejecución que se caracteriza por su facilidad, naturalidad y estética.
Frecuencia	Cantidad de veces que se realiza actividad física.
Intensidad	Grado de energía o fuerza al realizar una actividad física.
Juego pre- deportivo	Actividad relacionada con los deportes que ofrecen un proceso de aprendizaje de los patrones de motricidad característicos de cada uno de los deportes. Cronológicamente se desarrollan después que el estudiante ya ha desarrollado unas capacidades psíquico-físicas. Los juegos van progresando en complejidad en cuanto al número de reglas, hasta adquirir dominio de técnicas y tácticas similares al deporte. Existen dos tipos de juegos pre-deportivos: genéricos y específicos. Los genéricos buscan el desarrollo de destrezas utilizables en varios deportes. Los específicos buscan el dominio de unas áreas de un deporte determinado
Patrón de movimiento	Ejecución repetible, cuya acción permite el ejercicio de una función motriz que requiere estabilidad y permanencia. Constituye la base para movimientos complejos y especializados sobre los que se estructura el deporte.

Persona educada físicamente	Aquella que posee los conocimientos, las destrezas y las actitudes necesarias para moverse en una variedad de formas y de acuerdo con sus propósitos, valorando la importancia de la educación física con el interés de hacerla parte de su estilo de vida.
Procesos	Conjunto de fases estructuradas por niveles de dificultad en las áreas de conocimiento, incluyendo los dominios afectivos, cognoscitivos y sicomotores.
Propósito de movimiento	Razones que mueven a participar en actividades de movimiento. Conceptos, según el modelo curricular de Significado Personal.
Propósito – proceso (Esquema conceptual)	Estructura mental o abstracta para desarrollar un currículo que establece como base que los seres humanos de todas las edades tienen fundamentalmente propósitos similares de movimiento y siguen un proceso de aprendizaje motriz particular.
Registro de Incidencias	Modo de “assessment” en el que el maestro o el propio estudiante, dependiendo del grado y nivel, anotan en cierto orden y secuencia las acciones en relación a un comportamiento en particular.
Registro de participación	Modo de “assessment” en el que se anotan las instancias y evidencia la participación en una actividad de movimiento.
Situación de movimiento	Modo de “assessment” que utiliza preguntas, problemas y situaciones para inducir la respuesta del estudiante en alguna de las dimensiones o dominios: afectivo, cognitivo o motriz, dependiendo del estándar, expectativa u objetivo educativo promovido.
Táctica deportiva	Conducta planificada de un jugador, un grupo de jugadores o un equipo, orientada al éxito y adaptada a la propia capacidad de rendimiento. El plan de acción permite organizar una serie de movimientos con el fin de alcanzar un objetivo que permita vencer al adversario.
Técnica	Dominio de destrezas y habilidades para realizar con eficacia y precisión determinados gestos que se requieren en las distintas modalidades.
Técnica deportiva	Movimiento o conjunto de acciones simultáneas y consecutivas relativas a una disciplina deportiva, basado en conocimiento científico, reflexiones teóricas y experiencias prácticas, con el fin de resolver tareas

propias en diferentes situaciones de juego.

Taxonomía

Clasificación en que elementos de naturaleza similar son agrupados y se relacionan entre sí. Se utilizan en las dimensiones cognitiva, afectiva y motriz.

APÉNDICE A: DESCRIPCIÓN DEL ENFOQUE CURRICULAR SIGNIFICADO PERSONAL

Naturaleza y Enfoque del Programa de Educación Física

La escuela puertorriqueña ha contraído el compromiso de ofrecer a sus estudiantes una educación que contribuya al pleno desarrollo de la personalidad, al cultivo de los valores y al proceso mental en la capacidad de pensamiento de sus egresados. La “Ley Orgánica del Departamento de Educación” establece el fortalecimiento de la enseñanza de la educación física en todos los niveles, comenzando desde el nivel preescolar y los niveles primarios. Por tanto, requiere asignar un mínimo de tres horas semanales para la enseñanza de la educación física en todos los niveles.

La Ley Orgánica hace énfasis en la formación integral del educando y hace referencia específica al desarrollo de sus destrezas sicomotoras. Como parte de las nueve características generales que debe poseer todo egresado del Sistema Educativo, incluye dos directamente relacionadas al Programa de Educación Física: la responsabilidad ante su salud física, emocional y el deseo de ejercitarse y disfrutar de actividades recreativas y deportivas

La formación de este nuevo educando como un ente total, requiere un currículo que eduque al aprendiz de forma unitaria. Es por esto que la clase de educación física se concibe como parte del currículo regular de la escuela, ofreciéndose de forma sistemática en todos los niveles educativos. Se le reconoce como a única materia dentro del currículo escolar responsable por el desarrollo físico y motor del estudiante. Utilizando el movimiento humano como instrumento de aprendizaje, esta disciplina académica atiende su desarrollo integral.

La “Ley Orgánica” y el movimiento de la Reforma Educativa, dan origen al nuevo enfoque curricular. La meta primordial del Programa de Educación Física es contribuir a desarrollar personas educadas físicamente, en armonía con su medio y sus semejantes; con las destrezas, los conocimientos y las actitudes necesarias que les permitan seleccionar actividades de movimiento que sean adecuadas a su propósito personal, a lo largo de toda su vida.

Los egresados del Sistema Educativo Puertorriqueño serán ciudadanos educados integralmente. Dominarán una variedad de destrezas de movimiento y conocerán el proceso motor para aprender nuevas destrezas, de acuerdo con sus propósitos. Participarán regularmente en actividades de movimiento y poseerán niveles adecuados de aptitud física, lo que les permitirá funcionar eficientemente en su participación en actividades de movimiento como parte de un estilo de vida saludable y gratificante.

El enfoque curricular del Programa de Educación Física organiza su contenido temático alrededor de veintidós propósitos o motivos que inducen a moverse de forma voluntaria. Esta nueva concepción curricular supone que los estudiantes tienen propósitos similares para moverse y que la función principal de la educación física será capacitarlos para que encuentren significado personal, de tal manera que el movimiento pase a formar parte de su diario vivir, a lo largo de toda su vida.

De acuerdo con el nuevo enfoque, las actividades del Programa son los medios que se utilizan en la escuela para facilitar el aprendizaje de los estudiantes. Esto se evidenciará a corto plazo en el logro de los objetivos de las lecciones y a largo plazo, por medio del dominio de las competencias mínimas de los diferentes grados y niveles educativos. Su efectividad quedará manifiesta en los egresados de la escuela puertorriqueña, quienes serán personas educadas físicamente, en armonía con su medio y sus semejantes y capaces de seleccionar actividades de movimiento, de acuerdo con sus propósitos personales.

Marco Teórico

Propósito /Proceso

En este Marco Teórico se integran las dimensiones de propósitos y procesos de Jewett y Mullan; éstos se amplían para incluir los procesos cognoscitivos y valorativos que enfatizan el modelo de educación del Departamento de Educación de Puerto Rico.

El Esquema Conceptual “Propósito –Proceso” de Jewett y Mullan (1976) es una estructura que describe las razones que tienen las personas para participar en actividades de movimiento. Años más tarde, Jewett y Bain, (1986) ampliaron sus estudios relacionados con el movimiento y los factores que influyen en él. Las siete (7) creencias sobre las que se basa el Esquema son:

1. Las personas son seres unitarios (holísticos) en un proceso continuo de desarrollo y tienen intenciones y propósitos para lograrlo.
2. La clase de educación física es responsable por la creación y el aumento del significado en el movimiento de los estudiantes y deberá capacitarlos para que aprendan, aumenten y valoren el movimiento de su cuerpo.
3. La responsabilidad primordial de la clase de educación física es facilitar en los estudiantes la búsqueda de su significado personal sobre el movimiento, al interactuar con su medio ambiente y sus semejantes.
4. Las metas principales de la educación física para los estudiantes son: desarrollo individual, manejo del medio ambiente y relaciones interpersonales.
5. El desarrollo de las destrezas de procesos son esenciales para la educación del aprendizaje.
6. El currículo actual requiere una orientación hacia el futuro.
7. Las prioridades en las metas, la selección y secuencia del contenido pueden determinarse a nivel local.

El Esquema se organiza en dos dimensiones: propósito y proceso. En la dimensión de propósito incluye tres (3) macro-propósitos identificados con números romanos. Éstos son: **I.** la persona se mueve para alcanzar su potencial máximo de desarrollo, **II.** adaptar y controlar su ambiente físico y **III.** para relacionarse con otros. Estos propósitos se subdividen en siete (7) conceptos mayores, relacionados con los propósitos de movimiento, identificados en la representación esquemática por las letras A a la G. Los conceptos, a su vez, se subdividen en veintidós (22) conceptos menores, los que aparecen con numeración decimal.

Proceso en el desarrollo de movimiento

Los procesos de aprendizaje son de vital importancia en este Marco Teórico. El desarrollo de las destrezas de pensamiento, las destrezas motoras y el desarrollo de valores facilitan el aprendizaje de los conceptos o propósitos de movimiento y aumentan las capacidades de movimiento de los estudiantes. Se integran tres taxonomías en esta área de procesos: en el movimiento, desarrollo de valores y las destrezas de pensamiento.

La taxonomía de operaciones motoras describe los siete procesos, por los cuales las personas aprenden a moverse. La misma está organizada en tres tipos de movimientos, según se observan en las letras, A. genérico, B. ordenado y C. creativo. Estos procesos se estructuran por secuencia y complejidad, según aparecerá representado por los números decimales del 1 al 7.

Los procesos del movimiento proveen a los maestros unas guías para organizar en secuencia las experiencias de aprendizaje al utilizar los propósitos como contenido y las operaciones de movimiento como los procesos para dirigir la instrucción de esos contenidos.

Procesos de pensamiento en educación física

Es de esperarse que en educación física se estimule el pensamiento y se facilite el desarrollo de valores en el estudio de los propósitos de movimientos. Resultaría incompatible con el nuevo enfoque del Programa de Educación Física pretender desarrollar una clase en la cual el estudiante no aplique las destrezas de pensamiento y las destrezas motoras. Esto, si la meta es contribuir a desarrollar una persona educada integralmente; más aún, si se espera que posea los conocimientos, las destrezas y los valores necesarios para seleccionar la actividad de movimiento más adecuada a sus propósitos personales, a lo largo de su vida.

La meta del Programa obliga a utilizar estrategias de enseñanza que faciliten el desarrollo de las destrezas de pensamiento desde las más simples, hasta la solución de problemas y la toma de decisiones. Las clases de educación física en las que el aprendiz es un reproductor de movimientos sin sentido, ni reflexión, no tienen cabida en su nuevo enfoque. Se parte del concepto de movimiento; el estudiante se involucra activamente en su tarea de aprendizaje con su cuerpo, su intelecto y sus emociones.

Una situación o problema de movimiento que estimule el pensamiento requiere que el aprendiz utilice las destrezas de pensamiento; es decir, su respuesta cognitiva es traducida en movimiento. Su interpretación emocional y el contexto social en el que se requiere trabajar, enmarcarán el aspecto efectivo.

Es por esta razón que esta concepción teórica exige un cambio significativo de las expectativas de los maestros de las prácticas educativas, así como del rol del aprendizaje.

Necesidades de los estudiantes y la sociedad

Puerto Rico ha sufrido múltiples transformaciones al paso de los años, en términos sociales, culturales, económicos y políticos. Estos cambios, en su mayoría, han causado gran impacto en los estilos de vida de la sociedad puertorriqueña

En este documento se reconocen las diferencias sociales de los estudiantes, así como las particularidades de los diferentes distritos escolares del Sistema Educativo. Es una realidad que dentro de nuestra cultura existen subculturas, donde los jóvenes tienen sus intereses y necesidades particulares. Por lo cual, deseamos exponer a los estudiantes a una variedad de experiencias de movimiento que propicien el desarrollo de la pertinencia, dignidad y solidaridad para conseguir que se integren y se adapten en nuestra sociedad, de manera exitosa.

Es nuestra la responsabilidad de contribuir al desarrollo de la personalidad, de valores y de la capacidad de pensamiento del estudiante, de forma tal que los procesos de transición y cambios sociales prevalezcan y se mantengan los valores morales y éticos tradicionales de nuestra cultura.

Con una implantación efectiva del Programa de Educación Física, se puede lograr la transfiguración de los principios y valores deseables en nuestra cultura puertorriqueña. Los valores son parte de nuestro patrimonio histórico y cultural, responden a nuestra tradición de pueblo cristiano y a nuestra condición de pueblo democrático, por lo cual debe ser nuestro fin preservar los mismos, para mejorar la calidad de vida de nuestro pueblo.

El Marco conceptual del nuevo enfoque toma en consideración las necesidades y los valores del estudiante y la sociedad en la que convive. El punto de partida del currículo es la persona en su desarrollo individual; luego, la persona en su ambiente físico y finalmente la persona (el aprendiz) en su contexto social. La meta del Programa evidencia la aportación singular del mismo en la consecución de una sociedad saludable y feliz.

Integración de la educación física con otras materias

La educación física es una de las materias en el currículo escolar con mayores posibilidades para la integración de conceptos y valores entre las diferentes disciplinas. La aplicación de las ideas que se generan de la experiencia son importantes en educación física, así como en las otras materias del currículo. Al moverse el estudiante, aprende a percibir, organizar datos, inferir, analizar, razonar, evaluar, solucionar problemas y tomar decisiones. Esto es así porque en educación física se utiliza el movimiento humano como instrumento de aprendizaje para lograr el desarrollo integral del aprendiz.

Ésta atiende a la persona como un todo, partiendo de su desarrollo individual, capacitándole para manejar su medio y para funcionar efectivamente en sus relaciones sociales.

El aprendizaje conceptual y valorativo es parte del currículo de educación física, en el cual se establece un balance entre el conocimiento, los valores y las destrezas motoras. Conceptos, tales como: eficiencia mecánica, disfrute, relocalización, manejo de peso, expresión, liderazgo, salud, bienestar, comprensión cultural y trabajo en equipo son ejemplos de tópicos de integración curricular entre las diferentes materias educativas.

El Programa de Educación Física, en el nivel elemental, es donde inicia a los estudiantes en la educación formal del movimiento humano y voluntario, aspecto fundamental para el aprendizaje de otras áreas académicas.

Los estudiantes en educación física son expuestos a una variedad de actividades de movimiento de forma progresiva de acuerdo con sus propósitos de movimiento que emanan de sus necesidades personales. El estudiante encontrará significado en el movimiento, participando activamente en la medida en que las actividades llenen sus necesidades e intereses particulares.

Durante el período de la escuela elemental, el niño y la niña experimentan cambios sustanciales en sus cuerpos, como parte de su desarrollo. La clase de educación física facilitará ese desarrollo, capacitándoles para que alcancen su máximo potencial individual, de tal manera que puedan manejar su ambiente físico y relacionarse socialmente de forma exitosa.

La aspiración de conseguir una mejor calidad de vida para Puerto Rico puede ser una realidad si se reconoce la importancia de la educación física como parte integral del currículo regular escolar a todos los niveles, fortaleciendo los grados primarios.

CARACTERÍSTICAS DE LOS EGRESADOS DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

La “Ley Orgánica del Departamento de Educación” enumera en su Artículo 2.01 los atributos que deberá poseer una persona egresada del Sistema Educativo:

1. Capacidad de pensar, de comunicarse, de interactuar socialmente de forma crítica y creativa: de asumir la responsabilidad de la vida familiar; de entender, apreciar y proteger el mundo natural y el ambiente; y para apreciar las distintas manifestaciones de la creatividad humana.
2. Sentido de compromiso con la conducta ética basada en valores espirituales y morales, tales como: la verdad, la libertad, la justicia, la paz, la tolerancia, la laboriosidad, la dignidad y la solidaridad.
3. Conocimiento de sus derechos y responsabilidades ante la ley.
4. Capacidad de emplear efectivamente el español y el inglés para expresarse en forma oral y escrita.
5. Dominio de los conocimientos y las destrezas establecidas en el currículo; de cultura general amplia; de conciencia histórica; de identificación con la cultura puertorriqueña; de las destrezas esenciales y de los fundamentos de las ciencias y las matemáticas; de los conocimientos, las destrezas y actitudes para iniciarse en el mundo del trabajo.

6. Conocimiento de la filosofía cooperativista y de lenguajes tecnológicos, científicos y de la cibernética.
7. Responsabilidad ante su salud física y emocional.
8. Actitudes y conocimientos que le permitan participar activa crítica y positivamente en el proceso político democrático.
9. Deseo de ejercitarse y disfrutar de actividades recreativas y deportivas.

El Sistema de Educación Pública tiene la misión de ofrecer una educación de la más alta calidad con el propósito de lograr la formación integral del estudiante y de ayudarlo a desarrollar todo su potencial. Deberá facilitarle el desarrollo intelectual poniendo especial atención en estimular su pensamiento crítico; afinar su sensibilidad por los valores éticos, estéticos, sociales y espirituales; avivar su creatividad y ayudarlo a cultivar hábitos de vida buena, encaminados a fomentar y proteger su salud física y mental.

APÉNDICE B: CATEGORIZACIÓN DE LOS CONCEPTOS O PROPÓSITOS DE MOVIMIENTO

Categoría de propósitos

I. La persona dueña de sí misma (desarrollo individual): La persona se mueve para alcanzar su potencial máximo de desarrollo humano.

A. Eficiencia fisiológica: La persona se mueve para mejorar y mantener sus capacidades funcionales.

1. Aptitud física (componentes relacionados a la salud): La persona se mueve para desarrollar y mantener su funcionamiento cardio-respiratorio y para mantener una composición corporal adecuada.

- a. tolerancia cardio-respiratoria
- b. fuerza muscular
- c. tolerancia muscular
- d. flexibilidad
- e. composición corporal

2. Eficiencia mecánica: La persona se mueve para desarrollar y mantener su capacidad y efectividad de movimiento.

- a. equilibrio
- b. fuerza
- c. tipos de movimiento

- 1) rotativo
- 2) rectilíneo
- 3) curvo

3. Aptitud motriz: La persona se mueve para desarrollar y mantener su función motora.

- a. agilidad
- b. balance
- c. coordinación
- d. potencia
- e. tiempo de reacción
- f. velocidad

B. Equilibrio psíquico: La persona se mueve para conseguir integración personal.

1. Disfrute del movimiento: La persona se mueve para derivar placer de la experiencia de movimiento.

a. Tipos de movimiento placenteros

- 1) locomotores
- 2) no locomotores
- 3) manipulativos
- 4) combinaciones

b. Cualidades de los movimientos placenteros

- 1) suspendido
- 2) explosivo
- 3) rotativo
- 4) extraordinario
- 5) libre

c. Usos del movimiento

2. Conocerse a sí mismo: La persona se mueve para aumentar su autoestima y apreciación personal.

a. autoestima

- 1) orgullo de sentirse autónomo (dignidad)
 - a) criterio propio
 - b) esfuerzo
- 2) verse y sentirse mejor (belleza, atracción)

b. apreciación personal

- 1) conciencia de sus capacidades (celebración de su ser)
- 2) universalidad
- 3) trascendencia (estado de euforia de la persona y del ambiente)
- 4) vitalidad

3. Catarsis: La persona se mueve para liberar tensión y frustración.

a. reconstrucción de energía síquica

- 1) uso de energía en actividades placenteras

b. relajación progresiva

4. Reto: La persona se mueve para probar su capacidad y valor (coraje).

- a. valor (esfuerzo)
- b. valentía (decisión)
- c. implicación hacia el riesgo

II. La persona en el espacio (manejo del medio ambiente): La persona se mueve para adaptar y controlar su ambiente físico.

A. Orientación espacial: La persona se mueve para relacionarse en las tres dimensiones del espacio.

1. Conciencia corporal: La persona se mueve para clarificar su concepción corporal y su posición en el espacio.

a. Conocimiento del cuerpo

- 1) partes del cuerpo
- 2) movimientos de las partes del cuerpo
- 3) habilidades de mover partes del cuerpo en formas específicas

b. Coordenadas espaciales

- 1) espacio personal
- 2) espacio general
- 3) dirección
- 4) rutas
- 5) niveles

2. Relocalización (movimientos locomotores): La persona se mueve en una variedad de maneras para desplazarse o proyectarse a sí misma.

a. Propulsión personal con o sin implementos

- 1) andar
- 2) correr
- 3) deslizarse
- 4) galopar
- 5) dar pasos cruzados
- 6) rodar
- 7) saltar
- 8) brincar

b. Proyección personal con o sin implementos

- 1) saltar
- 2) botar
- 3) brincar

3. Relaciones: La persona se mueve para regular la posición de su cuerpo con relación a los objetos o personas en su ambiente.

a. alcance

- 1) alto — bajo
- 2) ancho — estrecho
- 3) cerca — lejos
- 4) encima__ debajo

b. efecto

- 1) personas
- 2) ambiente

B. Manejo de objetos: La persona se mueve para impulsar y absorber la fuerza de objetos.

1. Manejo de peso (movimientos no locomotores): La persona se mueve para sostener, resistir o transportar masa en su espacio personal.

- a. estirar — encoger
- b. empujar — halar
- c. torcer — voltear
- d. balancearse — sacudirse
- e. golpear — esquivar
- f. levantar — caer

2. Proyección de objetos: La persona se mueve para propulsar y dar dirección a una variedad de objetos.

a. Proyectar (lanzar, golpear y patear)

- 1) producción de fuerza (masa, secuencia)
- 2) estabilidad (base, fricción)

b. Proyectil

- 1) estructura (masa, forma, peso)
- 2) rumbo (ángulo, efecto, gravedad)
- 3) velocidad

3. Recepción de objetos: La persona se mueve para interceptar una variedad de objetos al reducir o detener su movimiento.

a. Receptor

- 1) absorción
- 2) estabilidad

b. Proyectoil

- 1) estructura
- 2) rumbo
- 3) velocidad

III. La persona en el mundo social (relaciones interpersonales): La persona se mueve para relacionarse con los demás.

A. Comunicación: La persona se mueve para compartir ideas y sentimientos con los demás.

1. Expresión: La persona se mueve para comunicar sus ideas y sentimientos.

- a. explorar el entorno
- b. información de sí misma
- c. descargo de tensión
- d. traslación de tensión
- e. interacción comunicativa
- f. creatividad

2. Clarificación: La persona se mueve para facilitar el significado de otras formas de comunicación.

- a. gestos
- b. ritmos corporales
- c. comunicación visual
- d. comunicación con las manos
- e. espacio

3. Simulación: La persona se mueve para crear imágenes o situaciones ventajosas.

- a. conciencia corporal (forma del cuerpo, engaños, fintas, posición, recuperación)
- b. conciencia espacial (cubrir, cortar, tomar posición)

- c. esfuerzos (tiempo, espacio, fluidez, peso)
- d. relaciones (objetos, personas)

B. Interacción grupal: La persona se mueve para funcionar en armonía con las demás.

1. Trabajo en equipo: La persona se mueve para cooperar en el logro de metas comunes (solidaridad).

- a. altruismo
- b. cooperación

2. Competencia: La persona se mueve para rivalizar por metas individuales y grupales.

- a. superación
- b. acción conjunta

3. Liderato: La persona se mueve para motivar e influenciar a sus compañeros para lograr metas comunes.

- a. iniciativa
- b. cooperación
- c. comunicación de ideas
- d. empatía
- e. creatividad
- f. servicio

C. Integración cultural: La persona se mueve para participar en actividades de movimiento que constituyen una importante parte de su sociedad.

1. Participación: La persona se mueve para desarrollar sus capacidades de tomar parte en actividades de movimiento de su sociedad.

- a. desarrollo de patrones de movimiento
- b. cualidades culturales del movimiento

2. Apreciación del movimiento: La persona se mueve para conocer y apreciar formas variadas de movimiento.

- a. descripción
- b. historia
- c. reglas
- d. terminología
- e. significado social

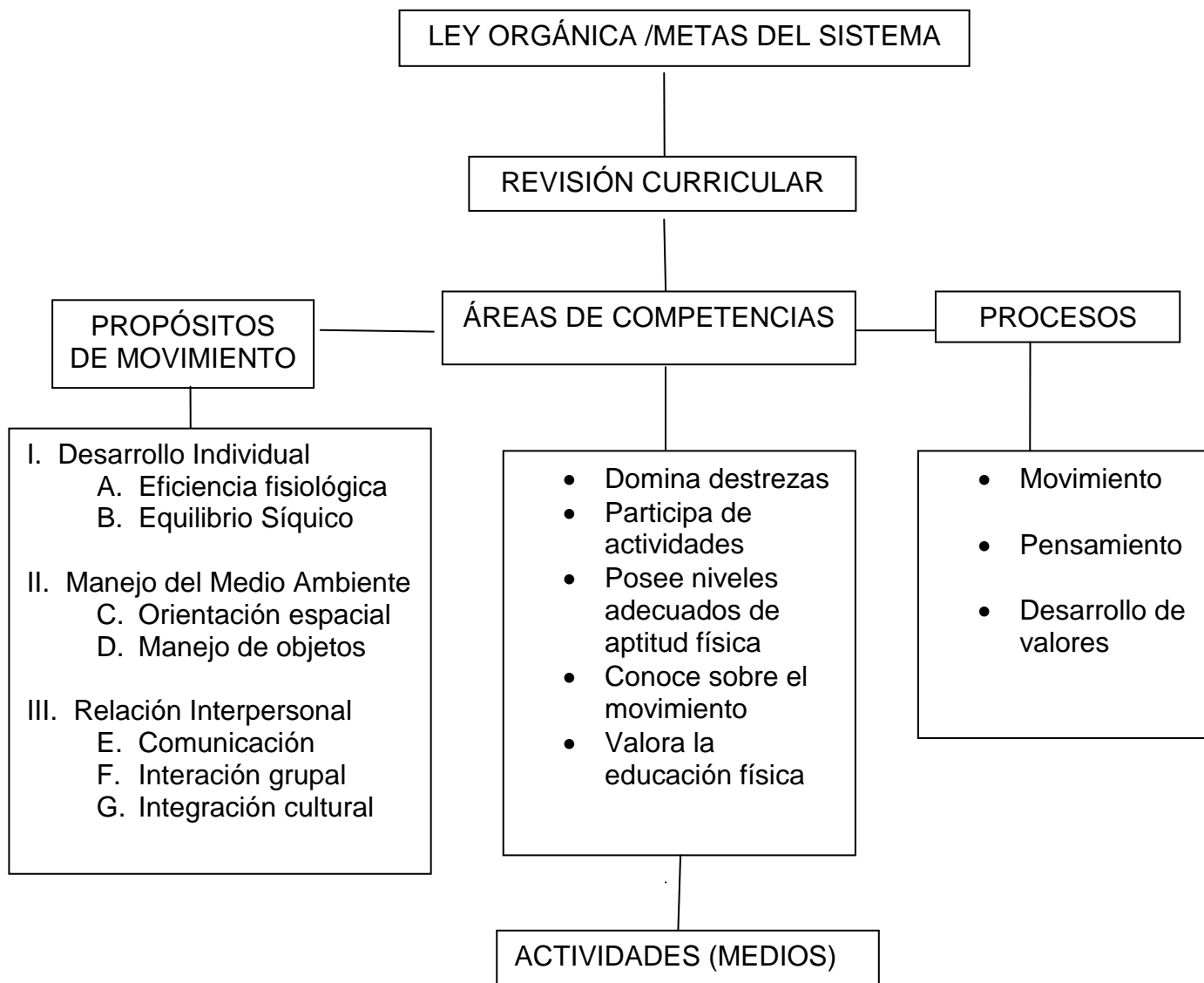
3. Comprensión cultural: La persona se mueve para entender, respetar y fortalecer la herencia cultural.

- a. identificación con la cultura
- b. significado social y cultural del movimiento
- c. relaciones interculturales
- d. iniciativas creadoras para manejo y disfrute del ambiente
- e. desarrollo de estilos de vida

Adaptación al “Esquema Conceptual” de Jewett y Mullan. (1974).

Bird V. /Rivera L. /91 Bird V. /94
Jewett et all.1995/ Rev 2007

APÉNDICE C: ORGANIGRAMA DEL NUEVO ENFOQUE CURRICULAR



APÉNDICE D: TABLA COMPARATIVA

NUEVA PERSPECTIVA DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA

	Programa Tradicional	Programa Nuevo
Enfoque	Parte de la actividad deportiva/física	Parte de la persona y el propósito que ésta tiene para moverse
Énfasis	El producto	El proceso de aprendizaje
Rol del maestro	Instructor	Guía, facilitador, ofrece al estudiante variedad de alternativas de movimiento
Rol del estudiante	Receptor y repetidor	Activo, creativo
Currículo	Deportes, juegos	Actividades de movimiento
Finalidad	Enseñanza de deportes	Alumnos se constituyen en personas educadas físicamente

APÉNDICE E: DEPORTES

DEPORTES QUE SE PUEDEN DESARROLLAR EN LOS PROGRAMAS DE EDUCACIÓN FÍSICA Y LAS EDADES PARA SU INICIO, ESPECIALIZACIÓN Y ALTO RENDIMIENTO

DEPORTE	ETAPA INICIAL	ETAPA DE ESPECIALIZACIÓN	ETAPA DE ALTO RENDIMIENTO
Atletismo			
Velocidad	10-12	14-16	23-30
Medias distancias	13-14	16-17	22-26
Largas distancias	14-16	17-19	25-28
Salto	12-14	16-18	22-25
Triple salto	12-14	17-19	23-26
Salto largo	12-14	17-19	23-26
Tiros	14-15	17-19	23-27
Péntalo	11-13	14-16	21-25
Badminton	10-12	14-16	20-25
Baloncesto	10-12	14-16	22-28
Balonmano*	7-8	10-12	20-25
Balompíe	10-12	14-16	22-26
Béisbol	10-12	15-16	22-28
Ciclismo	12-15	16-18	22-28
Esgrima*	7-8	10-12	20-25
Gimnasia (F)	6-8	9-10	14-18
Gimnasia (M)	8-9	14-15	22-25

*Edades sugeridas por las federaciones de estos deportes

DEPORTE	ETAPA INICIAL	ETAPA DE ESPECIALIZACIÓN	ETAPA DE ALTO RENDIMIENTO
Judo	8-10	15-16	22-26
Levantamiento de pesos	14-15	17-18	23-27
Lucha	11-13	17-19	24-27
Natación (F)	7-9	11-13	18-22
Natación (M)	7-8	13-15	20-24
Patinaje	10-12	15-16	22-26
Softball*	10-12	11-13	18-24
Tenis de mesa	8-9	13-14	22-25
Tenis de campo(F)	7-8	11-13	17-25
Tenis de campo(M)	7-8	12-14	22-27
Voleibol	10-12	15-16	22-26

COMPARACIÓN ENTRE LA ESPECIALIZACIÓN TEMPRANA Y EL DESARROLLO MULTILATERAL

FILOSOFÍA DE ENTRENAMIENTO

Especialización Temprana

Aumento rápido de la ejecución

Mejor logro de la ejecución entre los 15 y 16 años debido a la adaptación rápida

Inconsistencia en la ejecución en competencias

A los 18 años, los atletas están quemados y abandonan el deporte

Programa Multilateral

Aumento lento de la ejecución

Mejor ejecución a los 18 años o más, edad de maduración fisiológica y psicológica

Consistencia de la ejecución en competencias

Vida atlética más larga

Traducción de: "Total Training for Young Champions" Tudor O. Bompa, Ph. D. (2000)

*Edades sugeridas por las federaciones de estos deportes

APÉNDICE F: CLASIFICACIÓN DE MOVIMIENTOS POR ÁREAS

ACUÁTICAS	NATURALEZA	CULTURALES	APARATOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES
Seguridad	Excursiones	Festivales	Aros	Locomotoras
Juegos	Caminatas	Deportivos	Bolas	No locomotoras
Natación	Fogatas	Recreativos	Saquitos	Manipulativas
Clavado	Acampar	De pueblo	Paracaídas	
Nado sincronizado	Senderismo "Orienteering"	Folclóricos	Cuica	
Canotaje-Kajak			Tablas de balance	
Submarinismo "Snorkeling"			Conos	
			Palitos	
			Gomas	
			Latas	

JUEGOS	GIMNASIA	DEPORTES	GRUPALES	INDIVIDUALES	RITMOS Y BAILES
Simple	Movimientos básicos	Destrezas fundamentales	Voleibol	Tenis	Expresión corporal
Complejos	Movimientos de animales	Reglas	Baloncesto	Tenis de mesa	Fundamentales (básicos)
Nuevos	Volteretas	“Drills” Enseñanza y juegos	Balompíe	Badminton	Cánticos
Cooperativos	Rodadas	Anotación	Balonmano	Tiro con arco	Aeróbicos
	Acrobacia	Estrategias de juego	Softbol	Atletismo	Juegos musicales
	Balance		Béisbol	Campo traviesa	Baile
	Paradas		Tenis		Creativo
	Deportiva		Tenis de mesa		Folklorico
					Social
					Implementos

APÉNDICE G: CATEGORÍAS DE PROCESOS EN EL MOVIMIENTO

A. Movimiento genérico: Operaciones de movimiento que facilitan el desarrollo de un patrón motor efectivo. Típicamente son operaciones exploratorias en las cuales el aprendiz recibe data al moverse.

1. Percepción: Conciencia total de las relaciones del cuerpo cuando se mueve. Esta conciencia puede ser evidenciada en actos motores que pueden ser sensoriales al experimentar el equilibrio del peso del cuerpo y el movimiento de las extremidades; o evidenciarse cognoscitivamente por medio de la identificación o la diferenciación del movimiento.

2. Modelaje: Disposición y uso de las partes del cuerpo en forma sucesiva y armónica para conseguir un patrón o una destreza de movimiento.

B. Movimiento ordenado: Proceso de organizar, refinar y ejecutar movimiento coordinado. Los procesos están dirigidos hacia la organización de las habilidades preceptuales motoras para la solución de una tarea o requisito particular de movimiento.

1. Adaptación: Modificación de un patrón de movimiento para atender las demandas externas de una tarea impuesta. Esto incluirá modificación de un movimiento particular que se ejecuta bajo condiciones diferentes.

2. Refinamiento: Adquisición de control uniforme y eficiente en la ejecución de un patrón o de una destreza de movimiento para dominar relaciones espaciales y temporales. Este proceso trata sobre la consecución de la precisión de la ejecución motora de forma habitual bajo condiciones de mayor complejidad.

C. Movimiento creativo: Ejecuciones motoras que incluyen los procesos de inventar o crear movimiento que corresponderán a los propósitos individuales del aprendiz. Los procesos empleados son dirigidos hacia el descubrimiento, la integración, abstracción, idealización, objetividad emocional y composición.

1. Variación: Invención o construcción de ejecuciones motoras personales únicas. Estas opciones se limitan a diferentes maneras de ejecutar movimientos específicos; son de tipo inmediato y de naturaleza situacional; carecen de movimiento predeterminado impuesto externamente en el ejecutante.

2. Improvisación: Iniciación de un movimiento nuevo repentino o una combinación de movimientos. Los procesos pueden ser estimulados por una situación estructurada externamente, no obstante, requiere la planificación consciente de parte del ejecutante.

- 3. Composición:** Combinación del movimiento aprendido en diseños personales únicos, o la innovación de patrones de movimientos nuevos para el ejecutante. El ejecutante crea respuestas motoras como interpretación personal a la situación del movimiento.

Tomado de: Jewett y Bain. (1985). Traducido por:
Bird, V. (1990).

APÉNDICE H: DESTREZAS DE PENSAMIENTO

A. Destrezas simples

1. Destrezas de percibir (recopilar datos)
 - a. Observar y enseñar
 - b. Comparar y contrastar
2. Destrezas de concebir (organizar datos)
 - a. Ordenar
 - b. Agrupar y rotular
 - c. Clasificar

B. Destrezas complejas

3. Destrezas de inferir (ir más allá de los datos)
 - a. Interpretar
 - b. Señalar causas y efectos
 - c. Hacer generalizaciones
 - d. Hacer predicciones
 - e. Reconocer supuestos
 - f. Reconocer puntos de vista
4. Destrezas de analizar (descomponer en términos de conceptos)
 - a. Distinguir hecho / opinión
 - b. Distinguir información pertinente/no pertinente
 - c. Distinguir fuentes confiables/no confiables
 - d. Identificar idea central
5. Razonar (lógicamente)
 - a. De modo deductivo
 - b. De modo inductivo

6. Evaluar (de acuerdo con criterios)
 - a. Internos
 - b. Externos
7. Solucionar problemas
 - a. Identificar problemas
 - b. Plantear y demostrar hipótesis
8. Tomar decisiones
 - a. Identificar objetivos
 - b. Considerar alternativas
 - c. Establecer curso de acción

Tomado de: Villarini. A. R. (1989).

Manual para la enseñanza de
destrezas de pensamiento

APÉNDICE I: MODELO PARA EL DESARROLLO DE VALORES

A. Captar el valor: A partir de lo señalado por el maestro, el estudiante se percata de la presencia del valor en una situación concreta dada. Aprende a reconocer y distinguir el valor frente a otros. Está dispuesto a prestar su atención a la presencia del valor y dirige su atención preferentemente a él. Se ha sensibilizado a la presencia del valor.

1. Captar la presencia del valor
 - a. Tener conciencia de la presencia del valor
 - b. Estar receptivo a la presencia del valor
 - c. Dirigir la atención preferiblemente al valor

B. Responder al valor: A partir de lo señalado por el maestro, el estudiante acepta el valor. Aprende a responder al valor voluntariamente y desarrolla satisfacción al aceptarlo y sostenerlo. Ha desarrollado interés en el valor.

1. Responder afirmativamente al valor
 - a. Aceptar presencia del valor
 - b. Identificarse con el valor
 - c. Satisfacerse en la identificación con el valor

C. Valorar el valor: El valor es adoptado como punto de vista personal del estudiante que se prefiere a otros y con el cual tiene un compromiso.

1. Valorizar o integrar del valor
 - a. Aceptar, asimilar el valor
 - b. Preferir el valor
 - c. Comprometerse con el valor

D. Organizar el valor: El valor es conceptualizado y recibe un lugar en el Sistema y en la jerarquía de valores del estudiante. El valor ha sido integrado.

1. Organizar los valores en un sistema
 - a. Conceptualizar el valor
 - b. Organizar un sistema de valores “filosofía”

E. Caracterización por el valor: El proceso de interiorización, compromiso y acción llega a su culminación cuando el estudiante convierte el valor en un rasgo de su carácter que se manifiesta en su manera de percibir y actuar en situaciones que impliquen dicho valor. Cuando ocurre el valor se ha transformado en conciencia; es decir, en un sistema interno que opera sin referencia a las opiniones que otras personas puedan tener acerca de nuestras acciones y a menudo, sin referencia alguna a consideraciones de razonabilidad, interés personal o convivencia.

1. Caracterizar los valores

- a. Tener una disposición generalizada
- b. Percibir el valor como rasgo del carácter que se expresa en las acciones y relaciones de modo consciente y responsable.

Adaptación a partir de Kratwohl. David R.; Benjamin S. Bloom y Bentram B. Masia. *Taxonomy of Educational Objectives, Handbook II. Affective Domain*, New York: David McKay Company, (1964).

APÉNDICE J: VERBOS DE ACCIÓN DE LAS TAXONOMÍAS

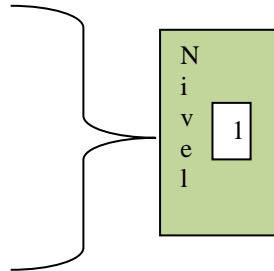
Desarrollo del Movimiento

Los verbos que aparecen a continuación se pueden utilizar para redactar los objetivos en los diferentes procesos para el desarrollo motor: Taxonomía Sicomotora, según Ann Jewett y Asociados. Los números a la derecha de los verbos representan el nivel.

Movimientos Genéricos

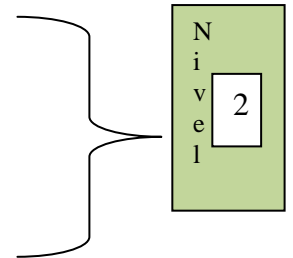
Percibir

identificar
reconocer
descubrir
discriminar
observar
señalar



Modelar

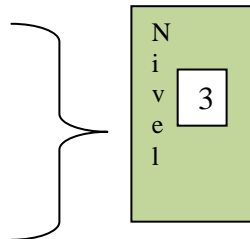
ejecutar
demostrar
coordinar
replicar
duplicar
repetir



Movimientos Ordenados

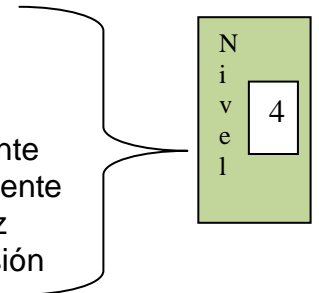
Adaptar

modificar
aplicar
ajustar
utilizar
adaptar



Refinar

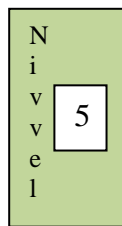
controlar
sincronizar
sistematizar
ejecutar rítmicamente
ejecutar eficientemente
ejecutar con fluidez
ejecutar con precisión



Movimientos Creativos

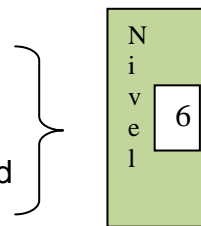
Variar

alterar
cambiar
revisar
diversificar



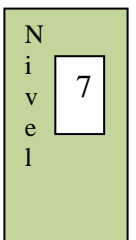
Improvisar

interpretar
anticipar
improvisar
intentar con espontaneidad



Componer

diseñar
componer
crear
planificar



APÉNDICE K: NIVELES DE PROFUNDIDAD DEL CONOCIMIENTO

Verbos de Acción

Nivel I: Pensamiento Memorístico (Demuestra conocimiento en forma igual o casi igual a como lo aprendió)

Reconoce datos y fuentes de datos (información) para memorizar.

Lleva a cabo procedimientos rutinarios o recuerda definiciones.

Usa fórmulas o procedimientos en contextos iguales o bien similares.

Verbaliza lo que ha memorizado; por ejemplo, recita datos o pasos de una rutina que recuerda.

Reconoce estrategias útiles para recordar y memorizar información, por ejemplo:

(1) **Recuerda** y **usa** información importante.

(2) **Recuerda** recursos que puede **utilizar** para aprender el contenido de un tema (ej. Libro de texto).

Organiza información o ideas, por ejemplo:

(1) **clasifica** ideas dentro de un arreglo conceptual (marco de referencia)

(2) **busca** información acerca de un tema o para contestar una pregunta.

Nivel II: Pensamiento de Procesamiento (Demuestra conocimiento que requiere algún razonamiento mental básico de ideas, conceptos, destrezas, más allá de la memoria)

Compara y **contrasta** ideas, característico de este nivel, por ejemplo:

(1) **Encuentra** ejemplos y contra-ejemplos de un concepto.

(2) **Identifica** o encuentra patrones no triviales.

Extiende y **aplica** sus conocimientos, por ejemplo:

(1) **Escoge** posibles opciones para resolver un problema en contextos nuevos.

(2) **Resuelve un problema** rutinario, llevando a cabo dos o más pasos de un proceso que requiere múltiples acciones, utilizando conceptos y destrezas aprendidas.

(3) **Provee razonamientos** adecuados para observaciones o acciones.

(4) **Formula** reglas y **explica** conceptos en sus propias palabras, por ejemplo:

(a) **describe patrones** no triviales en sus propias palabras

(b) **describe el racional** para enfocar una situación o problema.

Nivel III: Pensamiento Estratégico (Demuestra conocimiento basado en demanda cognoscitiva compleja y abstracta)

Crea, revisa y analiza organizadores gráficos para **explicar y justificar** las relaciones entre ideas o conceptos.

Establece y explica o justifica relaciones de causa y efecto, tales como:

- (a) **hace predicciones**
- (b) **formula hipótesis** y las prueba
- (c) **hace inferencias** válidas y
- (d) **establece generalizaciones** a partir de observaciones.

Extiende y aplica lo que aprendió al resolver problemas no rutinarios o que no ha visto antes.

Justifica y explica lo que sabe, mediante análisis de situaciones, utilizando información relevante que proviene de variados recursos para sostener sus argumentos o para explicar conceptos.

Cita evidencia y desarrolla argumentos lógicos para sostener o justificar sus ideas.

Explica un fenómeno **en términos conceptuales**, por ejemplo, **explica** los **causantes** del calentamiento global y **justifica alternativas** para disminuir su efecto.

Nivel IV: Pensamiento Extendido – (Extiende su conocimiento a contextos más amplios, 30 minutos a varios días)

Desarrolla y completa un proyecto o tarea que requiere planificación, desarrollo y razonamiento complejo que involucra **establecer relaciones** entre ideas de varias disciplinas, explicar y justificar ideas en un período extendido de tiempo.

Justifica y explica lo que sabe, a través de **desarrollar argumentos amplios** y válidos (de acuerdo con la disciplina) acerca de un proyecto; por ejemplo, **investigar** una situación o hipótesis o conjetura.

Localiza y utiliza diferentes fuentes o recursos para argumentar y justificar sus ideas, como por ejemplo:

- (a) **extiende los argumentos** que sostienen una hipótesis, generalización o conclusión
- (b) **explica y justifica** una situación, hipótesis o conjetura.

Demuestra que aprende por iniciativa propia, por ejemplo:

- (a) **monitorea** su progreso para completar un nuevo proyecto o tarea
- (b) **propone y explica** argumentos relacionados con los pasos o etapas de su proyecto y **produce** escritos para explicar el progreso que va alcanzando en su tarea o proyecto.

APÉNDICE L: DESARROLLO DE DESTREZAS DEL PENSAMIENTO

Los verbos que aparecen a continuación se pueden utilizar para redactar los objetivos en los diferentes procesos para el desarrollo de las destrezas del pensamiento: Taxonomía para el desarrollo de destrezas del pensamiento, según Ángel Villarini.

ESTOS VERBOS HAN SIDO PAREADOS A LA TAXONOMÍA DE PROFUNDIDAD DEL PENSAMIENTO DE WEBB. LAS EXPECTATIVAS ESTÁN REDACTADAS, UTILIZANDO ESTOS ALINEADOS A LOS NIVELES DE WEBB

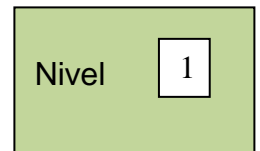
Verbos de acción para iniciar el comportamiento intelectual cognoscitivo por destrezas

A. **Observar y recordar**

identificar
reconocer
describir
definir
especificar
nombrar
resumir
anotar
enumerar
mencionar
señalar

B. **Comparar y contrastar**

comparar
discriminar
enumerar
mencionar
diferenciar
señalar
distinguir
contrastar
identificar



C. **Ordenar**

ordenar
colocar
identificar
establecer
enumerar
señalar
organizar
ilustrar
hacer lista

D. **Agrupar y rotular**

agrupar
categorizar
organizar
rotular
reunir
formar
unir
denominar

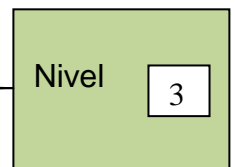


E. **Clasificar**

clasificar
colocar
incluir
categorizar
catalogar
identificar (clase)

F. **Inferir**

predecir
destacar
extrapolar
implicar
traducir
interpretar
explicar
generalizar
formular
señalar (causa y efecto, supuestos)
establecer (causa y efecto)
identificar (causa y efecto, supuestos)



G. **Analizar**

analizar
establecer analogías
descomponer
relacionar
discriminar
seleccionar
identificar
separar
desglosar
especificar
determinar
designar
detallar
destacar
diferenciar y distinguir (hechos y opiniones)
identificar (idea central, hechos y opiniones)

H. **Razonar lógicamente (aplicación)**

exponer
proponer
deducir
presentar
argumentar (premisa, concluir)
reconocer (premisa, concluir)

I. **Evaluación**

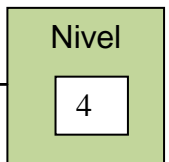
evaluar
justificar
determinar
juzgar
estimar
criticar
seleccionar

J. **Solución de problemas**

proponer
generar
producir
determinar
concebir
formular
diseñar

K. **Toma de decisiones (juicios)**

escoger
optar
seleccionar
decidir



Referencia:

Flores, S. (1992) Formulación de objetivos operacionales para el desarrollo de destrezas de pensamiento. Hato Rey, Puerto Rico. Departamento de Educación.

APÉNDICE M: DESARROLLO DE VALORES

Los verbos que aparecen a continuación se pueden utilizar para redactar los objetivos en los diferentes procesos para el desarrollo de valores: Taxonomía, Modelo para el Desarrollo de Valores, adaptación de Kratwolf, Davi, Benjamín S. Bloon y Bentram B. Masia.

(1) Receptividad	(2) Respuestas	(3) Valoración	(4) Organización	(5) Categoría
acumular	contestar	argumentar	resumir	actuar
preguntar	aplaudir	asistir	añadir	evitar
seleccionar	aprobar	completar	alterar	discriminar
combinar	asistir	debatir	organizar	desplegar
controlar	argumentar	negar	balancear	influir
describir	discutir	describir	combinar	manejar
diferenciar	seguir	diferenciar	comparar	modificar
seguir	hacer	explicar	completar	practicar
dar	ejecutar	seguir	defender	pregonar
sostener	practicar	formar	definir	calificar
identificar	presentar	aumentar	discutir	categorizar
escuchar	leer	protestar	explicar	resistir
localizar	recitar	iniciar	formular	revisar
nombrar	reportar	invitar	generalizar	servir
señalar	escribir	unir	identificar	usar
seleccionar	contar	justificar	integrar	verificar
separar		proponer	modificar	
usar		informar	preparar	
		compartir	relatar	
		especificar	sintetizar	
		trabajar		

APÉNDICE N: ESTRATEGIAS DE “ASSESSMENT”

Descripción

Ensayo

El ensayo es usado para evaluar la comprensión y el alcance que tiene un estudiante sobre conceptos importantes, ideas y sus relaciones. La escritura de ensayo puede implicar el desarrollo de una explicación o la crítica de una postura o valor. El estudiante presenta un argumento, prueba una hipótesis, compara dos ideas, o demuestra la toma de decisiones circunstancial. La escritura de un ensayo eficaz requiere que el estudiante piense lógicamente, relacionando varias informaciones e ideas.

Tareas de aprendizaje

Las tareas de aprendizaje requieren que el estudiante logre activamente tareas complejas, utilizando su conocimiento previo, el estudio reciente y sus habilidades. Estas tareas promueven un entendimiento más profundo del contenido, las destrezas y las habilidades, al tiempo que aumentan el contacto del estudiante con la tarea de aprendizaje. Las tareas de aprendizaje implican a los estudiantes en situaciones donde ellos deben construir respuestas que claramente demuestren su competencia en la aplicación del conocimiento.

Portafolio

Contiene una diversidad de trabajos realizados por el estudiante en varios contextos de un período académico (trabajos escritos, tareas de ejecución, comentarios del profesor, evidencia de auto evaluación del estudiante, trabajos creativos y la solución de problemas, entre otros). Se incluye en el portafolio todo tipo de trabajos que muestren el esfuerzo, el progreso y sus logros. Es un medio útil que permite al estudiante identificar sus fortalezas y limitaciones y lo ayuda a enfocarse en mejorar en determinado tipo de aprendizaje, por lo que esta técnica lo involucra en el estudio y lo ayuda en el desarrollo de las habilidades de reflexión y la auto evaluación. Los portafolios permiten al maestro documentar el aprendizaje de los estudiantes en áreas que no se prestan a las formas más tradicionales de evaluación. Esta técnica puede ser utilizada para demostrar dominio en cualquier área del contenido y puede ser utilizada en cualquier momento de la planificación (una unidad o un semestre).

Reacción escrita inmediata

Consiste en un escrito breve en el cual el estudiante manifiesta sus conceptos, ideas, intereses y necesidades respecto de lo discutido en clases. Hay una variedad de formatos para utilizar esta técnica. El más usual es el formular un pensamiento incompleto, una pregunta general o una de nivel complejo con el propósito de que el estudiante elabore sus ideas. En cualquier momento el estudiante puede escribir sobre sus dudas y las observaciones o las recomendaciones sobre la clase.

Preguntas abiertas

Consiste en formular preguntas para conocer los procesos de pensamiento que tienen los estudiantes sobre determinados tipos de aprendizaje. Las preguntas varían de acuerdo con las características del conocimiento que se quiere juzgar. Se juzga el conocimiento del estudiante de acuerdo con la contestación ofrecida.

Mapa de conceptos

Consiste en un diagrama que organiza gráficamente la amplitud de un concepto. Las ideas que se derivan de un concepto se describen en trazos horizontales y verticales. La representación gráfica puede seguir un orden lógico jerárquico que vaya de lo más general a lo más específico o describir un proceso lógico lineal. A mayor representación de ramificaciones y relaciones correctas entre conceptos, mayor dominio del mismo.

Rúbrica

Es una escala que describe los criterios para juzgar la calidad de la tarea realizada. Tiene el propósito de explorar el nivel de dominio que demuestra el estudiante sobre determinado aprendizaje. Hay dos tipos de rúbricas: la global y la analítica. La global juzga conjuntos de conceptos, destrezas y actitudes con criterios amplios. La analítica desglosa los tipos de aprendizaje en aspectos específicos y juzga la reejecución de acuerdo con los mismos. Se asigna valor de acuerdo con su complejidad y el desarrollo alcanzado. Se pasa juicio sobre la tarea de ejecución.

Pruebas de ejecución

Son tareas reales y auténticas que requieren que el estudiante utilice los conocimientos o las destrezas adquiridas. Se requiere rigor en el proceso de administración, recogida e interpretación de los resultados. Se espera que el estudiante demuestre habilidad para transferir el aprendizaje obtenido. El resultado de la ejecución es representado por una puntuación. Son de un pensamiento importante (complejo), de la solución de problemas y de destrezas de comunicación.

Diario reflexivo

Se organiza en torno a preguntas, temas o ideas que propicien la reflexión. El análisis de la información recopilada ofrece medios para modificar el énfasis en determinados temas. De igual manera, estos datos proveen información al maestro sobre otras variables que pueden estar limitando o fortaleciendo el aprendizaje del estudiante.

Hoja de cotejo

Es una lista de aspectos a observar en el estudiante para comprobar dominio en determinados conceptos, destrezas o procesos. La presencia o ausencia de los comportamientos se identifican, mediante una marca de cotejo. En la hoja de cotejo se incluyen los comportamientos que mejor describen el concepto, la destreza o el proceso objeto de observación.

Tirilla cómica

La tirilla cómica representa una secuencia de escenas con personajes que dialogan sobre algún asunto. La tirilla cómica puede ser presentada a los estudiantes sin los parlamentos, para que éstos los elaboren a partir de algún tema o concepto. También los estudiantes pueden crear la tirilla, dibujando las escenas y escribiendo los diálogos. Esta técnica promueve el pensamiento complejo y el desarrollo de conceptos y actitudes, permitiendo al estudiante reconocer sus limitaciones y fortalezas en torno a conceptos, destrezas y actitudes.

APÉNDICE O: TABLAS DE “ASSESSMENT” EN EL SALÓN DE CLASES

“Assessment” en la Sala de Clases Sugerido para Cotejar y Clasificar el Aprendizaje Estudiantil en Términos de Niveles de Profundidad del Conocimiento

Niveles de Profundidad de Conocimiento	“Assessment” Sugerido (Modo o Instrumento)	Lo Que Pueden Demostrar los Aprendices	Posibles Usos de los Resultados (Enfoque: “assessment” para aprender)
<p>Nivel I: Pensamiento Memorístico (demuestra conocimiento en forma igual o casi igual a como lo aprendió)</p> <ul style="list-style-type: none"> Reconoce datos y fuentes de datos (información) para memorizar. Lleva a cabo procedimientos rutinarios o recuerda definiciones. Usa formulas o procedimientos en contextos iguales o bien similares. Verbaliza lo que ha memorizado, por ejemplo, recita datos o pasos de una rutina que recuerda. Reconoce estrategias útiles para recordar y memorizar información, por ejemplo: <ol style="list-style-type: none"> recuerda y usa información importante recuerda recursos que puede utilizar para aprender el contenido de un tema (ej. Libro de texto). 	<p>Lista focalizada</p>	<p>Expresan vocabulario memorizado relacionado con un concepto.</p>	<p>Estudiante: activa sus memorias respecto a lo que recuerda relacionado con determinado concepto o proceso. Determina lo que le falta por memorizar. Maestro: determina palabras que pueden asociar con un concepto.</p>
	<p>Organizadores gráficos:</p> <ul style="list-style-type: none"> Flujograma Arañas o redes conceptuales simples 	<p>Organizan pasos de un proceso que memorizaron.</p> <p>Expresan vocabulario que memorizaron relacionado con un concepto.</p>	<p>Estudiante: revisa las partes del procedimiento para completarlo y memorizarlo. Recuerda palabras que puede asociar con determinado concepto Maestro: determina si necesita o no ofrecer experiencias de aprendizaje adicionales para mejorar el recuerdo de vocabulario o de un procedimiento.</p>
	<p>Preguntas de respuestas cortas</p>	<p>Contestan oralmente o por escrito palabras, frases u oraciones en la forma en que lo memorizaron.</p>	<p>Estudiante: Determina lo que le falta por memorizar. Maestro: Determina lo que pueden recordar para reenfocar la enseñanza.</p>
	<p>Preguntas para escoger la mejor alternativa</p>	<p>Escogen entre múltiples alternativas la palabra o frase asociada al concepto que memorizaron.</p>	

“Assessment” en la Sala de Clases Sugerido para Cotejar y Clasificar el Aprendizaje Estudiantil en Términos de Niveles de Profundidad del Conocimiento

Niveles de Profundidad de Conocimiento	“Assessment” Sugerido (Modo o Instrumento)	Lo Que Pueden Demostrar los Aprendices	Posibles Usos de los Resultados (Enfoque: “assessment” para aprender)
<p>Nivel II: Pensamiento de Procesamiento (Demuestra conocimiento que requiere algún razonamiento mental básico de ideas, conceptos, destrezas, más allá de la memoria).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comparar y contrastar ideas es característico de este nivel, por ejemplo: <p>(1) Encuentra ejemplos y contra-ejemplos de un concepto.</p> <p>(2) Identifica o encuentra patrones no triviales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Extiende y aplica sus conocimientos, por ejemplo: <p>(1) Escoge posibles opciones para resolver un problema en contextos nuevos.</p> <p>(2) Resuelve un problema rutinario, llevando a cabo dos o más pasos de un proceso que requiere múltiples acciones, utilizando conceptos y destrezas aprendidas.</p> <p>(3) Provee razonamientos adecuados para observaciones o acciones.</p> <p>(4) Formula reglas y explica conceptos en sus propias palabras, por ejemplo:</p> <p>(a) describe patrones no triviales en sus propias palabras,</p> <p>(b) describe el racional para enfocar una situación o problema.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organiza información o ideas, por ejemplo: <p>(a) clasifica ideas dentro de un arreglo conceptual (marco de referencia)</p> <p>(b) busca información acerca de un tema o para contestar una pregunta.</p>	<p>Organizadores gráficos que permitan describir las relaciones, por ejemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mapas de conceptuales • Mapas pictóricos • Mapas semánticos • Redes o arañas conceptuales <p><u>Nota: Las respuestas a tareas que promueven múltiples respuestas requieren rúbricas con criterios que deben corresponder con las expectativas y los objetivos educativos.</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identifican y describen relaciones o conexiones entre ideas de los conceptos. • Representan relaciones entre conceptos o eventos, mediante las palabras o frases conectivas que escribe sobre las flechas que unen conceptos en sus mapas (conceptuales, pictóricos, semánticos) • Encuentran ejemplos para los conceptos o ideas que incluyen en sus mapas. • Describen la logística de sus organizadores y explican sus entendimientos de los conceptos que incluyen en sus organizadores, ya sea oralmente o por escrito. 	<p>Estudiante:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se conciencia de las: <ul style="list-style-type: none"> (1) relaciones entre conceptos que debe hacer para demostrar su entendimiento del concepto o tema y (2) conexiones que aún no puede hacer y puede identificar más fácilmente, tanto lo que ha aprendido correctamente como sus errores conceptuales. • Si se le provee el tiempo, el modelaje y las rúbricas con criterios claros, puede autoevaluar sus mapas, ya que conociendo lo que se espera de él y comparándolo con lo que ha ejecutado, puede mejorarlo para demostrar cómo está mejorando sus conocimientos. <p>Maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Los mapas de diversos tipos en ocasiones, las redes conceptuales permiten, tanto al <u>maestro como a los estudiantes</u>: <ul style="list-style-type: none"> (1) cotejar la validez de las conexiones o relaciones entre ideas o conceptos relacionados con un tema, (2) identificar ideas incompletas o conceptos erróneos y (3) identificar en muchos casos, las ideas pre-concebidas que originan errores conceptuales. A partir del cotejo, <u>junto con sus estudiantes</u> puede identificar y determinar el tipo de experiencias de aprendizaje que necesitan los estudiantes.

“Assessment” en la Sala de Clases Sugerido para Cotejar y Clasificar el Aprendizaje Estudiantil en Términos de Niveles de Profundidad del Conocimiento

Niveles de Profundidad de Conocimiento	“Assessment” Sugerido (Modo o Instrumento)	Lo Que Pueden Demostrar los Aprendices	Posibles Usos de los Resultados (Enfoque: “assessment” para aprender)
<p>Nivel III: Pensamiento Estratégico (Demuestra conocimiento basado en demanda cognoscitiva compleja y abstracta)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Crea, revisa y analiza organizadores gráficos para explicar y justificar las relaciones entre ideas o conceptos. • Establece y explica o justifica relaciones de causa y efecto, tales como: <ul style="list-style-type: none"> (a) hace predicciones (b) formula hipótesis y las prueba (c) hace inferencias válidas y (d) establece generalizaciones a partir de observaciones • Extiende y aplica lo que aprendió al resolver problemas no rutinarios o que no ha visto antes. • Justifica y explica lo que sabe, mediante análisis de situaciones, utilizando información relevante que proviene de variados recursos para sostener sus argumentos o para explicar conceptos • Cita evidencia y desarrolla argumentos lógicos para sostener o justificar sus ideas • Explica un fenómeno en términos conceptuales, por ejemplo, explica los causantes del calentamiento global y justifica alternativas para disminuir su efecto. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Informes escritos u orales, ensayos y otros tipos de escritos</i> • <i>Portafolios</i> • <i>Preguntas abiertas</i> • <i>Diarios</i> <p><u>Nota: Las respuestas a tareas que promueven múltiples respuestas requieren rúbricas con criterios que deben corresponder con las expectativas y los objetivos educativos.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ejercicios de múltiples respuestas de alto nivel con justificaciones</i> 	<p>Explican lo que entienden, justifican lo que hacen y cómo lo hacen para demostrar la validez de sus ideas y argumentos.</p> <p>Explican fenómenos, sus efectos y posibles soluciones.</p> <p>Demuestran que pueden aplicar lo aprendido en nuevos contextos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizan vocabulario en nuevos contextos. <p>Demuestran mayor profundidad de conocimiento al justificar su selección entre posibles respuestas.</p> <p>Explican la validez de sus ideas o conocimientos.</p>	<p>Estudiante: Monitorea la profundidad de sus conocimientos y determina la validez de sus ideas y sus entendimientos.</p> <p>Maestro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifica la profundidad del conocimiento desarrollado por los estudiantes. • Utiliza los hallazgos para: <ul style="list-style-type: none"> (1) modificar tareas, de modo que faciliten a los estudiantes demostrar pensamiento estratégico. (2) seleccionar criterios que ayuden a los estudiantes a auto-cotejar sus contestaciones y a concienciarse de sus limitaciones y fortalezas y (3) diseñar nuevas experiencias de aprendizaje. <p>Estudiante: Determina si ha logrado un entendimiento lo suficientemente profundo del contenido o destrezas que ha estado aprendiendo para analizar los ítems en términos de validez y confiabilidad.</p> <p>Maestro: Examina los resultados para analizar los ítems en términos de validez y confiabilidad. Determina los contenidos de mayor dificultad y diseña nuevas tareas para ayudar a los estudiantes a demostrar mejor sus entendimientos.</p>

APÉNDICE P: ÉNFASIS DE CONCEPTOS POR GRADOS

Kindergarten

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS
(1) Aptitud física				
(3) Aptitud motriz				
(4) Disfrute del movimiento				
(5) Conocerse a sí mismo				
(7) Reto				
(8) Conciencia corporal				
(9) Relocalización				
(10) Relaciones				
(11) Manejo de peso				
(12) Proyección de objetos				
(14) Expresión				
(19) Liderato				
(21) Apreciación del movimiento				












































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Primer Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS
(1) Aptitud física				
(2) Eficiencia mecánica				
(3) Aptitud motriz				
(4) Disfrute del movimiento				
(5) Conocerse a sí mismo				
(7) Reto				
(8) Conciencia corporal				
(9) Relocalización				
(10) Relaciones				
(11) Manejo de peso				
(12) Proyección de objetos				
(14) Expresión				
(19) Liderato				
(20) Participación				
(21) Apreciación del movimiento				

























































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Segundo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS	GIMNASIA
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(4) Disfrute del movimiento					
(5) Conocerse a sí mismo					
(8) Conciencia corporal					
(9) Relocalización					
(10) Relaciones					
(11) Manejo de peso					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(14) Expresión					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(20) Participación					
(21) Apreciación del movimiento					



Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Tercer Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS	GIMNASIA
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(4) Disfrute del movimiento					
(5) Conocerse a sí mismo					
(8) Conciencia corporal					
(9) Relocalización					
(10) Relaciones					
(11) Manejo de peso					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(14) Expresión					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(20) Participación					
(21) Apreciación del movimiento					



















































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Cuarto Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS	JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPORTES MODIFICADOS
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(4) Disfrute del movimiento					
(5) Conocerse a sí mismo					
(8) Conciencia corporal					
(9) Relocalización					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(17) Trabajo en equipo					
(18) Competencia					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					


Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Quinto Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS	JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPORTES MODIFICADOS
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(7) Reto					
(8) Conciencia corporal					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(17) Trabajo en equipo					
(18) Competencia					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					

Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Sexto Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	APARATOS	JUEGOS PREDEPORTIVOS DEPORTES MODIFICADOS
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(7) Reto					
(8) Conciencia corporal					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(20) Participación					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					




























































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Séptimo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(6) Catarsis					
(8) Conciencia corporal					
(11) Manejo de peso					
(12) Proyección de objetos					
(13) Recepción de objetos					
(14) Expresión					
(15) Clarificación					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(20) Participación					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión					











































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Octavo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(6) Catarsis					
(8) Conciencia corporal					
(14) Expresión					
(15) Clarificación					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(20) Participación					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					

















































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Noveno Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(6) Catarsis					
(7) Reto					
(8) Conciencia corporal					
(14) Expresión					
(15) Clarificación					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					

Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Décimo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(6) Catarsis					
(15) Clarificación					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					

Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Undécimo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(6) Catarsis					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(18) Competencia					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					

Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

Duodécimo Grado

CONCEPTOS	DESTREZAS FUNDAMENTALES	RITMO Y BAILE	JUEGOS	ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA	DEPORTES: Individuales Duales Grupales
(1) Aptitud física					
(2) Eficiencia mecánica					
(3) Aptitud motriz					
(5) Conocerse a sí mismo					
(14) Expresión					
(16) Simulación					
(17) Trabajo en equipo					
(18) Competencia					
(19) Liderato					
(21) Apreciación del movimiento					
(22) Comprensión cultural					



































































































Clave:

M = Destrezas para el desarrollo del movimiento

C = Destrezas para el desarrollo del pensamiento

V = Destrezas para el desarrollo de valores

PRIORIDADES DE PROPÓSITOS POR GRADO

CONCEPTOS	GRADOS						
	K	1	2	3	4	5	6
(1) Aptitud física							
(2) Eficiencia mecánica							
(3) Aptitud motriz							
(4) Disfrute del movimiento							
(5) Conocerse a sí mismo							
(6) Catarsis							
(7) Reto							
(8) Conciencia corporal							
(9) Relocalización							
(10) Relaciones							
(11) Manejo de peso							
(12) Proyección de objetos							
(13) Recepción de objetos							
(14) Expresión							
(15) Clarificación							
(16) Simulación							
(17) Trabajo en equipo							
(18) Competencia							
(19) Liderato							
(20) Participación							
(21) Apreciación del movimiento							
(22) Comprensión cultural							

GRADOS	7	8	9	10	11	12
(1) Aptitud física						
(2) Eficiencia mecánica						
(3) Aptitud motriz						
(4) Disfrute del movimiento						
(5) Conocerse a sí mismo						
(6) Catarsis						
(7) Reto						
(8) Conciencia corporal						
(9) Relocalización						
(10) Relaciones						
(11) Manejo de peso						
(12) Proyección de objetos						
(13) Recepción de objetos						
(14) Expresión						
(15) Clarificación						
(16) Simulación						
(17) Trabajo en equipo						
(18) Competencia						
(19) Liderato						
(20) Participación						
(21) Apreciación del movimiento						
(22) Comprensión cultural						

REFERENCIAS

- Airasiar, P.W. (1996). *Assessment in the Classroom*. Boston: McGraw Hill, Inc.
- Bird, Arizmendi, V.M. (2004). *Enseñando educación física*. Carolina, Puerto Rico: Editorial Logo.
- Burton, A. & Other, (1998). *Movement skill assessment*. Champaign, I L, EE.U.U: Human Kinetics.
- Departamento de Educación de P.R. (2000). *Estándares de Excelencia – Programa de Educación Física*. Santurce, Puerto Rico: Talleres de Artes Gráficas del Departamento de Educación.
- Departamento de Educación de P. R. (1995). *Guía Curricular del Programa de Educación Física*. Santurce, P.R. Talleres de Artes Gráficas del Departamento de Educación.
- Doolittle, S. & Fay, T. (2002). *Authentic Assessment of Physical Activity for High School Students*. Reston, VA.: NASPE Publication.
- Estremera, R (1995). *Visión educativa y “assessment”*: ¿Para qué, qué y cómo? Isabela, Puerto Rico: Isabela Printing.
- Gallahue, D. & Cleland, F. (2003) *Developmental Physical Education for all Children*. Champaign, IL. Human Kinetics.
- Gardner, H. (1993). *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York, NY: Basic Books.
- Gardner, H. (2000). *Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21 st. century*. New York, NY: Basic Books.
- Glover D. & Midura D, (1992). *Team Building through Physical Challenges (2da.ed.)*. Champaign, IL: Human kinetics
- González de Flores, E. (1991). *Educación del movimiento*. Puerto Rico: Editorial Flores.
- Gram., G. (2001) *Teaching Children Physical Education: Becoming a Master Teacher*. Champaign. IL: Human Kinetics.
- Jewett, A. & Bain, L. (1985). *The Curriculum Process in Physical Education*. EE.UU. Wm. C. Brown Co.

- Krathwohl, D. (1999). Taxonomy of educational objectives book 2: Affective domain. New York, NY; Addison-Wesley Pub Co.
- Lea, J. (2000). Creating Rubrics for Physical Education. Reston, VA.: NASPE publication.
- Melograno, V. (2000). Portfolio Assessment for K-12 Physical Education. Reston, VA.: NASPE publication.
- Mohnsen, B. (1997). Teaching Middle School Physical Educating. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mohnsen, B.S. (1995) Using Technology in Physical Education. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mosston, M. & Ashworth, S. (2001). La enseñanza de la educación física: La reforma e los estilos de enseñanza. Barcelona, España: Editoriales Hispano Europea, S.A.
- National Association for Sport and Physical Education. (2005). National Standards for Physical Education: A Guide to Content and Assessment. EE.UU. Mosby
- National Association for Sport and Physical Education. (2004) Moving into the Future: National Standards for Physical Education. (2nd.ed.) Reston, VA. Author.
- National Association for Sport and Physical Education. (1998). What Every Students Need to Know. EE.UU. NASPE Publication
- Pangrazi, R.P. (1998). Dynamic Physical Education for Elementary School Children. EE. UU. Allyn & Bacon.
- Pangrazi, R.P. & Others, (1991). Dynamic Physical Education for Secondary School Students: Curriculum and Instruction. (2da. ed.) EE.UU. Macmillan Company.
- Sánchez, C.L. (2001). La educación desde una perspectiva constructivista, Revista Educación Siglo 21, 6-7.

RECURSOS DE INTERNET

ASOCIACIONES PROFESIONALES

Asociación de Educación y Recreación de Puerto Rico (AEFR)

(P.O. Box 902106, Old San Juan Station, San Juan, Puerto Rico 00902-1506,

Web site: [http:// www.aefr.org](http://www.aefr.org)).

American Alliance for Health, Physical Education and Dance

(AAHPERD) (1990 Association Drive. Reston .VA 2209-9809:
Tel. 703-476-3400, Fax: 703-476-9527.

Web site: [http:// www.aahperd](http://www.aahperd). Org, E-mail: info@aahperd).

American College of Sports Medicine (ACSM)

(Box 1440, Indianapolis, IN 46206-1440; Tel. : /637-9200,
Fax: 317-634-7817

Web site: <http://www.acsm.org>, E-mail:crtacsm@acsm.org).

National Strength and Conditioning Association (NSCA)

(P.O. Box 38909, Colorado Springs, CO 80937; Tel. : 719/632-6722
Fax: 719/ 632-6367;

Web site: <http://www.nsca-lft.org/>, E-Mail: nsca@usa.net)

Federación de Medicina Deportiva de Puerto Rico

(Apartado 8, San Juan, PR 00902; tel. : 787-723-3898;
FAX: 787/751-9625).

Aerobics and Fitness Association of America (AFAA).

(15250 Ventura Boulevard, Suite 200, Sherman Oaks, CA
91403: tel. : 818-905-0040;

Web site:<http://www.afa.com>).

National Athletic Trainer's Association (NATA)

(2952 Stemmons Freeway, Dalls, TX 75247; tel. : 214/637-6282;
FAX 214/637-2206;

Web site: [http:// www.nata.org](http://www.nata.org), E-mail: websude@nata. Org).

International Fitness Professionals Associations (IEPA)

(P.O. Box 6008, Palm Harbor, FL 34684-0608; tel.: 800-785-1924;

Web site: <http://www.ifpa-fitness.com>, E-mail: info@ifpa-fitness.com).

American Running Association

(4405 East-West Highway, Suite 405, Bethesda, MD 20814;

tel. : 301- 913-9517; FAX 301/913-9520

Web Site: [http:// www. Americanrunning.org/](http://www.Americanrunning.org/),

E-mail: run@americanrunning.org).

Gatorade Sports Science Institute (GSSI)

(P.O. Box 049005, Suite 11-3, Chicago, IL 60604-9005;

Web site: [http:// www.gssiweb.com](http://www.gssiweb.com)).

The National Association for Physical Education in Higher Education

(Anderson HallNorthern Illinois University Dekalb, IL 60115;

tel. : **815-753-1894**, **Web site:** [http://www. Napehe.org](http://www.Napehe.org),

E-mail:jrintala@niu.edu).

APTITUD FÍSICA Y SALUD

American Heart Association

<http://www.americanheart.org/>

The Cooper Institute

<http://www.coopertinst.org/>

Surgeon General's Report on Physical Activity and Health

[http:// www.cdc.gov/nccdphp/sgr/sgr.htm](http://www.cdc.gov/nccdphp/sgr/sgr.htm)

Center for Disease Control and Prevention (CDC)

[http:// www.cdc.gov/](http://www.cdc.gov/)

Links for fitness testing page

[http// topendesports. com/testing/links.htm](http://topendesports.com/testing/links.htm)

MUJER Y DEPORTE

Fundación Mujer y Deporte

<http://www.mujierydeporte.org/>

Women in Sports

<http://www.makeithappen.com/wis/>

Women Sport International

sportsbiz.bz/womensportinternational/

EDUCACIÓN ESPECIAL

AID Atlanta

<http://www.aidatlanta.org/homeo1.htm>

Necesidades Educativas Especiales en Internet

[http:// paido. Rediris.es/needirectorio/](http://paido.Rediris.es/needirectorio/)

Nevada Association for the handicapped

<http://www.tyro.com/nah/recreation.html>

DEPORTES ADAPTADOS

Comité Internacional Deportes para Sordos

<http://www.ciss.org/>

Comité Paralímpico Internacional

<http://www.paralympic.org/>

Disabled Sports USA

<http://www.dsusa.org/index.html>

International Paralympics Committee

<http://info.lut.ac.uk/research/paad/ipc/ipc.htm>

Olimpiadas Especiales Internacional

<http://www.specialolympcis.org/>

ATLETISMO

International Association of Athletic Federations

<http://www.iaaf.org/>

Federación de Atletismo Aficionado de Puerto Rico

[http:// www.fapur.net/fapur/main.html](http://www.fapur.net/fapur/main.html)

BALONMANO

Internacional Handball Federation

[http:// www.ihf.info/index.jsp](http://www.ihf.info/index.jsp)

USA Team handball

<http://www.usateamhandball.org/>

BALONCESTO

Federación Internacional de Baloncesto Aficionado

<http://www.fiba.com/>

Baloncesto Superior Nacional de Puerto Rico

<http://www.bsnpr.com/?refer=Dubina.com>

Allcoach.com

<http://www.allcoach.com/basketball/>

BRINCA CUICA

The International Federation of Jump Rope

[http:// www.irsf.org/](http://www.irsf.org/)

USA Jump Rope

<http://www.usajrf.org/>

VOLEIBOL

Federación Internacional de Voleibol (FIVB)

<http://www.fivb.org/>

Federación Puertorriqueña de Voleibol

<http://www.fpvoleibol.com/>

The American Volleyball Coaches Association

www.avca.org

BAILE AERÓBICO

Turnstep.com

<http://www.turnstep.com/>

OTRA

No Child Left Behind

<http://www.ed.gov/ncelb/landing.jhtml>