

**PROGRAMA DE ESTUDIO DEL MARCO CURRICULAR COMÚN
DE LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

TALLERES DE APOYO AL APRENDIZAJE

BACHILLERATO TECNOLÓGICO

BACHILLERATO GENERAL

DESARROLLO FÍSICO Y SALUD

AGOSTO DE 2018

EQUIPO DE ESPECIALISTAS DE LA NORMAL DE EDUCACIÓN FÍSICA

Mtro. Celso Castaño Enríquez
Mtra. Claudia Raquel Peimbert Angulo
Mtro. Héctor Meza Espinoza
Mtro. Carlos Roberto Pérez Sánchez
L.E.D. Laurencio Álvaro Hernández Romero
Mtra. Wendy Adilene Ruiz Cruz
L.E.F. José Atilano Monjote Pino
L.E.F. Sergio Sol Campuzano
Mtro. German Pereyra Flores

DOCENTES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

Dr. José Luis Delgado Palacios, EPO No. 36
Mtro. Iván San Román Zavala, EPO No. 38
Mtro. Jesús Rodríguez Domínguez, CBT No. 2 Nezahualcóyotl
Lic. Juan Francisco González Araujo, CBT Gabriel V. Alcocer, Zinacantepec
Lic. Servando Rivera Ayala, CBT No. 1 Refugio Esteves
Lic. Rodolfo Arturo Guadarrama González, CBT No. 1 Refugio Esteves
Lic. Francisco Javier Pulido Rosales, CBT Dr. Eduardo Suarez A. Texcoco
Lic. Irving Garcés Solano, CBT No. 2 Mario José Molina Enríquez. Toluca
Lic. Antonino Pérez Espinosa, CBT Albert Einstein, La Paz

Coordinadores

Mtro. Guillermo Esquivel Vallejo, Subdirección de Bachillerato Tecnológico
Mtro. Jorge Reyes Delgado, Subdirección de Bachillerato General

ÍNDICE

1. Presentación	4
2. Diagnóstico, Marco de Referencia	7
3. Datos de identificación.....	11
4. Propósito formativo de los talleres de apoyo al aprendizaje	12
5. Propósito del taller de Desarrollo Físico y Salud.....	13
6. Ámbitos del Perfil de egreso a los que contribuye el taller	14
7. Estructura del cuadro de contenidos	16
8. Dosificación del programa	21
9. Transversalidad	25
10. Vinculación de las competencias con aprendizajes esperados.....	28
11. Consideraciones para la evaluación	32
12. Los profesores y la red de aprendizajes	36
13. Uso de las TIC para el aprendizaje	37
14. Recomendaciones para implementar la propuesta.....	39
Planeación didáctica	39
Técnica didáctica sugerida	40
15. Bibliografía recomendada.....	41
Anexo 1. Ejemplo de la Planeación didáctica.....	42
Material de apoyo (Anexos).....	55

Presentación

Nuestro país, como otras naciones en el mundo, se encuentra impulsando una Reforma Educativa de gran calado, cuyo objetivo central es el lograr que todos los niños y jóvenes ejerzan su derecho a una educación de calidad, y reciban una enseñanza que les permita obtener los aprendizajes necesarios para enfrentar los desafíos del siglo XXI. En el diseño de la Reforma se establece como obligación la elaboración de los planes y programas de estudio para la educación obligatoria, para que encuentre una dimensión de concreción pedagógica y curricular en las aulas. En el Nuevo Modelo Educativo, dada la relevancia que la sociedad ve en la educación como potenciadora del desarrollo personal y social, un elemento clave es el desarrollo de los nuevos currículos para la educación obligatoria en general y para la Educación Media Superior (EMS) en lo particular, así como los programas por asignatura.

Existe evidencia de que el Modelo Educativo de la Educación Media Superior vigente no responde a las necesidades presentes ni futuras de los jóvenes. Actualmente, la enseñanza se encuentra dirigida de manera estricta por el profesor, es impersonal, homogénea y prioriza la acumulación de conocimientos y no el logro de aprendizajes profundos; el conocimiento se encuentra fragmentado por semestres académicos, clases, asignaturas y se prioriza la memorización, y la consecuente acumulación de contenidos desconectados; el aprendizaje se rige por un calendario estricto de actividades en las que se les dice a los alumnos, rigurosamente, qué hacer y qué no hacer, y se incorporan nuevas tecnologías a viejas prácticas. Todo ello produce conocimientos fragmentados con limitada aplicabilidad, relevancia, pertinencia y vigencia en la vida cotidiana de los estudiantes, así como amnesia post-evaluación en lugar de aprendizajes significativos y profundos.

Hoy en día, los jóvenes de la EMS transitan hacia la vida adulta, interactúan en un mundo que evoluciona de la sociedad del conocimiento hacia la sociedad del aprendizaje y la innovación; procesan enormes cantidades de información a gran velocidad y comprenden y utilizan, de manera simultánea, la tecnología que forma parte de su

entorno cotidiano y es relevante para sus intereses. Por lo anterior, en la Educación Media Superior debe superarse la desconexión existente entre el currículo, la escuela y los alumnos, ya que la misma puede producir la desvinculación educativa de éstos, lo cual, incluso puede derivar en problemas educativos como los bajos resultados, la reprobación y el abandono escolar.

Para ello, en primer lugar, hay que entender que los jóvenes poseen distintos perfiles y habilidades (no son un grupo homogéneo) que requieren potenciar para desarrollar el pensamiento analítico, crítico, reflexivo, sintético y creativo, en oposición al esquema que apunte sólo a la memorización; esto implica superar, asimismo, los esquemas de evaluación que dejan rezagados a muchos alumnos y que no miden el desarrollo gradual de los aprendizajes y competencias para responder con éxito al dinamismo actual, que las y los jóvenes requieren enfrentar para superar los retos del presente y del futuro.

En segundo lugar, se requiere un currículo pertinente y dinámico, en lugar del vigente que es segmentado y limitado por campo disciplinar, que se centre en la juventud y su aprendizaje, y que ponga énfasis en que ellos son los propios arquitectos de sus aprendizajes.

Es innegable que, en los últimos años, los planes y programas de estudio se han ido transformando y que la Reforma Integral de la Educación Media Superior (RIEMS) cumplió su propósito inicial; sin embargo, los resultados de las evaluaciones nacionales e internacionales dan cuenta de que el esfuerzo no ha sido el suficiente y que no se ha progresado en el desarrollo de competencias que son fundamentales para el desarrollo de las personas y de la sociedad.

Por ello, la Secretaría de Educación Pública (SEP), por conducto de la Subsecretaría de Educación Media Superior (SEMS), se propuso adecuar los programas de las asignaturas del componente de formación básica del Bachillerato

General y del Bachillerato Tecnológico en todos los campos disciplinares que conforman el currículo de la EMS.¹ El trabajo se realizó con base en una visión integral y transversal del conocimiento y aprendizaje, entendido como un continuo en oposición a la fragmentación con la que ha sido abordado tradicionalmente. Así, se coloca a los jóvenes en el centro de la acción educativa y se pone a su disposición una Red de Aprendizajes, denominados “Aprendizajes Clave”, que se definen para cada campo disciplinar, que opera en el aula mediante una Comunidad de Aprendizaje en la que es fundamental el cambio de roles: pasar de un estudiante pasivo a uno proactivo y con pensamiento crítico; y de un profesor instructor a uno que es «guía del aprendizaje».

Este cambio es clave porque los estudiantes aprenden mejor cuando están involucrados; en contraste con clases centradas, principalmente, en la exposición del profesor, en las que es más frecuente que los alumnos estén pasivos. De esta manera, los contenidos de las asignaturas se transformaron para que sean pertinentes con la realidad de los jóvenes y con ello lograr la conexión entre éstos, la escuela y el entorno en el que se desarrollan. Es importante mencionar que en la elaboración del Nuevo Currículo de la Educación Media Superior se consideraron y atendieron todas las observaciones y recomendaciones de las Academias de Trabajo Colegiado Docente de todo el país, que participaron en el proceso de consulta convocado por la SEP con el propósito de recuperar sus experiencias. Además, se han considerado las recomendaciones vertidas en los foros de consultas nacionales y estatales, y en la consulta en línea. Confiamos en haber dado respuesta a todas las preocupaciones e inquietudes que se manifestaron.

Los contenidos de las asignaturas son importantes porque propician y orientan el desarrollo de competencias, habilidades y destrezas; sin embargo, en el currículo vigente, se han dejado de lado aspectos fundamentales que permiten a los jóvenes responder a los desafíos del presente y prepararse para el futuro. Diversos autores han dedicado muchas páginas en listar las competencias, destrezas y habilidades que deben desarrollar para responder

a los desafíos del presente. En este sentido, son coincidentes en la necesidad de promover la colaboración, la creatividad, la comunicación, el espíritu emprendedor, la resolución de problemas, la responsabilidad social, el uso de la tecnología, la perseverancia, la honestidad, la determinación, la flexibilidad para adaptarse a entornos cambiantes, el liderazgo y la innovación.

En la sociedad existe la percepción de que la educación es cada vez más importante para el desarrollo de las personas y de las sociedades. Para favorecer la concreción de esta percepción acerca de la relevancia social de la educación, es impostergable que la experiencia de los jóvenes en la escuela sea pertinente.

DIAGNÓSTICO Y FUNDAMENTACIÓN

Para la construcción de los programas de asignatura de educación física en educación Media Superior se consideró un diagnóstico. Éste, se basó en dos encuestas: una dirigida a profesores y otra a estudiantes de Educación Media Superior de Escuelas Preparatorias Oficiales y Centros de Bachillerato Tecnológico del Estado de México; las encuestas tomaron una muestra de 3 468 profesores y 9 018 alumnos durante el ciclo escolar 2017-2018 con las siguientes edades el 41.5 % se encuentra entre 14 y 15 años, el 50.7 % se encuentra entre 16 y 17 años y 7.8 % entre 18 y 19 años, esta muestra consideró las diferentes regiones del Estado de México y sus municipios, las encuestas se abordaron aspectos prioritarios tales como: la corporeidad, iniciación deportiva, deportes, cultura física y salud; aspectos que justifican propuesta curricular conforme al Modelo Educativo para la Educación Obligatoria 2018.

De los estudiantes encuestados 35.8 % sugieren que en los semestres deberían considerar asignaturas de deportes como el fútbol, basquetbol, voleibol y atletismo; el 31.6% se inclinan por actividades recreativas, deportes, capacidades físicas; el 23.9 sugiere actividades recreativas como campamentos, caminatas ecológicas, etc.; el 19.4 % propone el desarrollo de capacidades físicas como la fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad. De igual manera sugieren en su formación temas de salud como es el caso del 44.5% de los estudiantes que señaló la importancia de

aprender y practicar hábitos alimenticios saludable. Otros temas también sugeridos son sobre alimentación la higiene, la obesidad y la sexualidad.

La información que se obtuvo puso en evidencia las necesidades y expectativas tanto de los docentes como de los estudiantes en relacionado con la educación física como parte importante en la formación de los bachilleres principalmente en el desarrollo de competencias orientadas a un estilo de vida activo y saludable y que son la base para la construcción de estos programas de estudio.

Para la construcción de este diagnóstico, se consideró también la opinión de los docentes, de los 3 468 profesores encuestados el 13.4% propone actividades recreativas, el 17.8% sugiere ejercicio físico bajo la conducción de un docente, el 23.7% se pronunció por los deportes y el 29.1% considera necesario el desarrollo de capacidades físicas como fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

Sobre los contenidos el 100 % opinan que la alimentación y nutrición son temas importantes que deben estar presentes en los programas de Educación Física, también proponen el desarrollo de habilidades físico deportivo, motricidad, corporeidad, juegos autóctonos, torneos deportivos, acondicionamiento físico, etc., del mismo modo sugieren temas relacionados con la higiene, la obesidad y la sexualidad; como medidas preventivas y correctivas para algunos problemas que han sido generados por el sedentarismo y que han repercutido en el desempeño académico de los estudiantes.

Estas propuestas de contenidos aportaron información relevante acerca de la percepción de los docentes con respecto a aquellos elementos que por su importancia debieran ser incorporados a los programas del taller de Desarrollo Físico y Salud.

MARCO DE REFERENCIA

Con base en los resultados obtenidos en el diagnóstico se pone en evidencia la pertinencia para la implementación de los programas de atención al cuerpo y la salud en Educación Media superior, la cual es normada en distintos documentos de carácter nacional e internacional.

La política internacional expresada en la Declaración de Berlín (2013) en la Conferencia Internacional de Ministros encargados del Deporte de la UNESCO, considera “La educación física en la escuela y en todas las demás instituciones educativas es el medio más efectivo para dotar a todos los niños y jóvenes de competencias, aptitudes, actitudes, valores, conocimientos y comprensión para su participación en la sociedad a lo largo de la vida.” (2009), ahí se señalan los principios que es necesario que prevalezcan en la Educación Obligatoria y deberán atender las instituciones que ofrezcan estudios de Educación Media Superior que se comprometan a que su propuesta curricular se oriente para cumplir las siguientes demandas planteadas en Educación Física de Calidad (2015, pág. 22):

- Adaptar los marcos legislativos para apoyar la prestación de una EFC (Educación Física de Calidad) conforme con las convenciones, declaraciones y recomendaciones internacionales y las buenas prácticas;
- Efectuar consultas intersectoriales sobre la planificación de la prestación transversal de la EFC a través de los currículos;
- Crear consenso alrededor de los conceptos de EFC inclusiva y una pedagogía compartida entre todos aquellos que trabajan con jóvenes a través de la educación física, la actividad física y el deporte;
- Garantizar que la formación del profesorado de educación física promueva el desarrollo integral de las personas, particularmente en términos de prácticas inclusivas, cambios sociales actuales relacionados con la salud y la importancia de mantener un estilo de vida sano y activo.

La Carta Internacional de la educación física, la actividad física y el deporte (2015) considera en su artículo primero que la práctica de la educación física, la actividad física y el deporte es un derecho fundamental para todos; en su

artículo segundo; que la educación física, la actividad física y el deporte pueden reportar una amplia gama de beneficios a las personas, las comunidades y la sociedad en general.

En su artículo cuarto que los programas de educación física, actividad física y deporte han de concebirse de tal modo que respondan a las necesidades y características personales de quienes practican esas actividades a lo largo de toda su vida; y en el siete señala que “Todo sistema educativo debe asignar el lugar y la importancia debidos a la educación física, la actividad física y el deporte, con miras a establecer un equilibrio y fortalecer los vínculos entre las actividades físicas y otros componentes de la educación [...] que el deporte y la educación física en la escuela y en todas la demás instituciones educativas formen parte integrante de las actividades cotidianas de los niños y los jóvenes”.

El Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, reconoce que las actividades físicas y deportivas favorecen la convivencia, la cooperación, la disciplina y otros valores que forman parte del currículo no académico que se ofrece a los estudiantes para una formación integral. Propone fomentar que la población escolar tenga acceso a la práctica de actividades físicas y deportivas en instalaciones adecuadas, con la asesoría de personal capacitado.

En este sentido el Programa Sectorial de Educación 2007-2012 hace mención específica acerca de su promoción en la educación media superior, para que los estudiantes “adquieran el gusto por el deporte y el hábito de la práctica de alguna actividad física”. La Ley General de Cultura Física y Deporte puntualiza y da sustento a dichas actividades, específicamente en el Título Primero “Disposiciones Generales”, y en el artículos 1 donde se encuentran contenidas las principales líneas rectoras en materia de Cultura Física y Deporte:

Artículo 1. La presente Ley es de orden e interés público y observancia general en toda la República, correspondiendo su aplicación e interpretación en el ámbito administrativo al Ejecutivo Federal, por conducto de la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte.

Por lo anteriormente expuesto se dispone fomentar la activación física y el gusto por el deporte en el alumnado del bachillerato, a través de las actividades físicas, deportivas, recreativas y de fomento a la salud, que para ese fin se han de implementar

MARCO INSTITUCIONAL

Los presentes programas de estudio, están elaborados para las instituciones dependientes de la Dirección General de Educación Media Superior en el Estado de México, el total de planteles entre Escuelas Preparatorias oficiales y Centros de Bachillerato Tecnológico son 715 con una matrícula de 292,652 estudiantes y una planta docente de 18,581 profesores durante el ciclo escolar 2017 – 2018 la cobertura del servicio está presente en 93 municipios de la entidad; el Plan de estudios de bachillerato corresponde a una duración de 6 semestres y la modalidad es escolarizada.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

La asignatura de educación física que se imparte en primer semestre y corresponde al campo disciplinar; tiene una carga horaria de 2 hora a la semana/mes;

TALLERES DE APOYO AL APRENDIZAJE							
COMPONENTE	SEMESTRE 1	SEMESTRE 2	SEMESTRE 3	SEMESTRE 4	SEMESTRE 5	SEMESTRE 6	TOTAL HORAS
MATEMÁTICAS	Álgebra 2	Geometría y Trigonometría 1	Geometría Analítica 1	Cálculo Diferencial 1	Cálculo Integral 2		7
CIENCIAS SOCIALES	Habilidades Socio emocionales 1	Habilidades Socio emocionales 1	Habilidades Socio emocionales 1	Habilidades Socio emocionales 1	Habilidades Socio emocionales 1	Habilidades Socio emocionales 1	6
HUMANIDADES	Estrategias para el Aprendizaje 2	Estrategias para el Aprendizaje 1	Estrategias para el Aprendizaje 1	Estrategias para el Aprendizaje 1	Estrategias para el Aprendizaje 1	Estrategias para el Aprendizaje 1	7
	Desarrollo Físico y Salud 2	Desarrollo Físico y Salud 1	Desarrollo Físico y Salud 1	Desarrollo Físico y Salud 1	Apreciación Artística 2	Apreciación Artística 1	8
SUBTOTAL	7	4	4	4	6	3	28
TOTAL	37	41	40	40	40	40	238

PROPÓSITO FORMATIVO DE LOS TALLERES DE APOYO AL APRENDIZAJE

Los programas de los talleres de apoyo al aprendizaje al igual que todos los programas de la tira curricular se sustentan en los principios pedagógicos, epistemológicos y sociales, sobre los que se ha construido el Modelo Educativo para la Educación Obligatoria en el Estado de México, de ahí que su base teórica es aquellas corrientes que inciden en el proceso de aprendizaje de los estudiantes como el humanismo, el constructivismo y la neurociencia.

Humanismo porque considera a la educación un proceso dinámico, en el que las dimensiones cognitivas, sociales, afectivas y conductuales se desarrollan con una tendencia hacia el equilibrio; centra su atención en el ser humano; según Carl Roger, es posible confiar en la capacidad del estudiante para manejar en forma constructiva su situación personal y escolar, estimulando su capacidad, creando una atmosfera de aceptación, comprensión y respeto, a través del desarrollo en el estudiante de tres actitudes básicas: la aceptación positiva incondicional, la comprensión empática y la autenticidad.

Constructivismo hace referencia que el aprendizaje; parte de lo que ya se conoce, para incorporar el nuevo conocimiento, lo reconstruye y aprende cuando modifica sus estructuras cognoscitivas, e involucra sus emociones y sentimientos, de igual forma pretende explicar cómo aprende el ser humano, además sostiene la idea del estudiante como un sujeto activo en el proceso de aprendizaje.

La neurociencia ha permitido comprender cómo funciona el cerebro y ver el importante papel que la curiosidad y la emoción tienen en la adquisición de nuevos conocimientos, ya sea en las aulas o en la vida cotidiana, científicamente se ha demostrado que no se consigue un conocimiento al memorizar, ni al repetirlo una y otra vez, sino al hacer, experimentar y, sobre todo, emocionarnos. La neurociencia en la educación demuestra cómo un ambiente de aprendizaje equilibrado y motivador mejora el aprendizaje.

Las competencias que se trabajan en estos talleres están orientadas a que el estudiante reconozca y enjuicie la perspectiva con la que entiende y contextualiza el conocimiento desde perspectivas distintas a la suya.

Con el desarrollo de dichas competencias se pretende extender la experiencia y el pensamiento del estudiante para que genere nuevas formas de percibir y comprender el mundo, así mismo de interrelacionarse en él de manera que se conduzca razonablemente ante cualquier situación.

Este conjunto de competencias aporta mecanismos para explorar elementos nuevos y antiguos los cuales influyen en la imagen que se tenga del mundo. Asimismo, contribuye a reconocer formas de sentir, pensar y actuar que favorezcan formas de vida y convivencia que sean armónicas.

PROPÓSITOS GENERALES DEL TALLER DE DESARROLLO FÍSICO Y SALUD

Con el estudio de los temas y la puesta en práctica de las actividades sugeridas, se pretende que los estudiantes:

- Conozcan las diferentes capacidades físicas y su manifestación en el contexto deportivo, y reflexiones sobre sus procesos de desarrollo en las diferentes disciplinas.
- Analicen los procesos en que se manifiestan las capacidades físicas condicionales con base en un modelo comprensivo y reflexivo de intervención, para estructurar secuencias adecuadas para un desarrollo óptimo.
- Reflexionen sobre los aspectos fisiológicos del deporte para identificar las adaptaciones de cada individuo y las posibilidades que ofrecen para desarrollar sus capacidades físicas.
- Favorecer en los estudiantes la conciencia de un desarrollo integral para la sociedad, siendo útiles, productivos y propositivos mediante los elementos del ejercicio físico y las diversas modalidades del deporte.
- Reforzar el gusto por la práctica deportiva y el ejercicio físico generando hábitos positivos de disciplina, constancia y continuidad por el mismo que alejen a los estudiantes de prácticas nocivas para la sociedad.

- Concientizar en los alumnos la importancia por el ejercicio y la Educación Física para el cuidado y fomento de la salud física, mental y social.
- Asumir el compromiso de mantener su cuerpo sano, evitando conductas y prácticas de riesgo, para favorecer un estilo de vida activo y saludable.
- Conozcan las diferentes competencias para el desarrollo de los deportes alternativos.
- Analicen los ambientes en que se manifieste la competencia motriz con base en un modelo comprensivo y reflexivo de intervención, para estructurar estrategias de participación dinámica.
- Reflexionen sobre los aspectos tácticos y lúdicos del deporte alternativo para identificar la competencia motriz de cada individuo.

ÁMBITOS DEL PERFIL DE EGRESO A LOS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA

El Perfil de egreso de los alumnos en Educación Media Superior, expresado en ámbitos individuales, define el tipo de estudiante que se pretende formar desde el ámbito Atención al cuerpo y la salud.

- ✓ Asume el compromiso de mantener su cuerpo sano, tanto en lo que toca a su salud física como mental.
- ✓ Evita conductas y prácticas de riesgo para favorecer un estilo de vida activo y saludable.

Adicionalmente de forma transversal se favorece el desarrollo gradual de los siguientes ámbitos:

Ámbito	Perfil de egreso
Lenguaje y comunicación	Se expresa con claridad de forma oral y escrita, tanto en español como en lengua indígena, en caso de hablarla. Identifica las ideas clave en un texto o discurso oral e infiere conclusiones a partir de ellas. Se comunica en inglés con fluidez y naturalidad.
Pensamiento matemático	<p>Construye e interpreta situaciones reales, hipotéticas o formales que requieren la utilización del pensamiento matemático.</p> <p>Formula y resuelve problemas, aplicando diferentes enfoques.</p> <p>Argumenta la solución obtenida de un problema con métodos numéricos, gráficos o analíticos.</p>
Habilidades digitales	<p>Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación de forma ética y responsable para investigar, resolver problemas, producir materiales y expresar ideas.</p> <p>Aprovecha estas tecnologías para desarrollar ideas e innovaciones.</p>
Habilidades socioemocionales y proyecto de vida	<p>Es autoconsciente y determinado, cultiva relaciones interpersonales sanas, se autorregula, tiene capacidad de afrontar la adversidad y actuar con efectividad y reconoce la necesidad de solicitar apoyo. Tiene la capacidad de construir un proyecto de vida con metas personales.</p> <p>Fija metas y busca aprovechar al máximo sus opciones y recursos.</p> <p>Toma decisiones que le generan bienestar presente, oportunidades y sabe lidiar con riesgos futuros.</p>
Colaboración y trabajo en equipo	Trabaja en equipo de manera constructiva y ejerce un liderazgo participativo y responsable, propone alternativas para actuar y solucionar problemas. Asume una actitud constructiva.

ESTRUCTURA DEL CUADRO DE CONTENIDOS

Para el diseño de los programas de estudio, se han considerado elementos de organización curricular tales como:

CONCEPTO	DEFINICION
EJE	Organiza y articula conceptos, habilidades y actitudes de los campos disciplinares y es el referente para favorecer la transversalidad interdisciplinar.
COMPONENTE	Genera y/o, integra los contenidos centrales y responde a formas de organización específica de cada campo o disciplina.
CONTENIDO CENTRAL	Corresponde al aprendizaje clave. Es el contenido de mayor jerarquía en el programa de estudio.
CONTENIDO ESPECÍFICO	Corresponde a los contenidos centrales y, por su especificidad, establecen el alcance y profundidad de su abordaje.
APRENDIZAJE ESPERADO	Descriptor del proceso de aprendizaje e indicadores del desempeño que deben lograr los estudiantes para cada uno de los contenidos específicos.
PRODUCTO ESPERADO	Corresponde a los aprendizajes esperados y a los contenidos específicos, son las evidencias del logro de los aprendizajes esperados.

PROGRAMA DE ESTUDIO DEL MARCO CURRICULAR COMÚN
DE LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

TALLERES DE APOYO AL APRENDIZAJE

BACHILLERATO TECNOLÓGICO

BACHILLERATO GENERAL

DESARROLLO FISICO Y SALUD

SEGUNDO SEMESTRE

CONCEPTOS BÁSICOS DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES

Propuesta Deportiva: Volibol

AGOSTO DE 2018

Introducción:

El Taller de Desarrollo Físico y Salud se divide en 3 momentos. Permitiendo al alumno de media superior interactuar en el conocimiento de las capacidades aeróbicas y anaeróbicas que se ponen en juego en la práctica de los deportes, y en los procesos de mejoramiento de las cualidades motoras y la adquisición de dominios motrices especializados.

Los conceptos básicos para la práctica deportiva, tiene como propósito que los estudiantes manejen los conocimientos conceptuales y prácticos más elementales del deporte, como definir los conceptos de deporte, iniciación deportiva, objetivos y metas, así como los elementos del proceso educativo y axiológico en el deporte.

La intención es que los estudiantes conozcan los conceptos de la fuerza y la resistencia, los tipos y clasificaciones, así como el desarrollo de estas mediante prácticas, buscando fortalecer el conocimiento procedimental, mediante tareas y juegos motrices, este último como un medio didáctico.

En el mismo tenor que el anterior punto, pero ahora dirigido al desarrollo de la velocidad y la flexibilidad parten del conocimiento conceptual, de la definición, tipos, factores de los que depende la velocidad y la flexibilidad, así como de las precauciones que aseguren una práctica racional sin excesos favoreciendo a la corporeidad.

Es necesario crear ambientes educativos, a través de diversas acciones a implementar pues, al trabajar con los grupos se evidencian no sólo los diferentes niveles de habilidad o dominio motriz de los bachilleres, sino la respuesta emocional que se involucra en toda acción física, corporal y mental.

TALLER DE EDUCACIÓN FÍSICA. PROGRAMA DE ESTUDIO
EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

PROGRAMA DE EDUCACION MEDIA SUPERIOR: PROPUESTA

Aprendizajes Clave del Taller de Educación Física		
Módulo I: Conceptos básicos en la práctica deportiva		
Propuesta Deportiva: Volibol		
Eje	Componente pedagógico-didáctico	Contenido central
Conceptos básicos Que abarcan la Educación Física para la práctica deportiva	capacidades físicas condicionales y coordinativas	Movimientos básicos y coordinativos
	Las capacidades físicas coordinativas en la práctica de los deportes	El uso diario de las capacidades físicas condicionales en juegos y la práctica deportiva

Cuadro de Contenidos del Taller de Desarrollo Físico y Salud					
Módulo I: Conceptos básicos en la práctica deportiva					
Propuesta Deportiva: Volibol					
Eje	Componente Pedagógico-didáctico	Contenido Central	Contenido Específico	Aprendizajes Esperados	Producto Esperado
Conceptos básicos Que abarcan la Educación Física para la práctica deportiva	capacidades físicas condicionales y coordinativas	Movimientos básicos y coordinativos	Desarrollo de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia en la práctica del volibol.	Conocer los diferentes tipos de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia en su práctica y concepto	El alumno sabrá diferenciar los tipos de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia a través de dibujos esquemáticos, así

					creación de un video donde muestre el diseño de rutinas en actividades predeportivas de la puesta en práctica de los tipos de fuerza flexibilidad y resistencia.
Conceptos de capacidades físicas coordinativas	Las capacidades físicas coordinativas en la práctica de los deportes	El uso diario de las capacidades físicas condicionales en juegos y la práctica deportiva	Capacidad aeróbica y capacidad anaeróbica en la práctica del volibol.	Diferenciar la capacidad aeróbica de la anaeróbica en el uso diario de las capacidades físicas condicionales en juegos y la práctica deportiva.	Elaborar una clasificación de actividades donde aplique las capacidades aeróbicas y anaeróbicas. A través de la carrera de 100 y 600 metros planos, donde aplique actividades físicas de resistencia aeróbica y anaeróbica. Uso del test de Cooper, para valoración la condición física de otro compañero.

CUADRO DE TRANSVERSALIDAD

Entidad Federativa: Estado de México

Bachillerato Tecnológico Semestre: SEGUNDO Aprendizaje Esperado Común: Expresa una opinión argumentada de forma escrita.

ASIGNATURA	LECTURA, EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.	LÓGICA	CONVIVENCIA, PAZ Y CIUDADANÍA	TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN	QUÍMICA	DESARROLLO FÍSICO Y SALUD
CONTENIDO CENTRAL	La importancia de la lengua y el papel de la gramática.	La argumentación como práctica crítica y autocrítica	El trabajo colaborativo en el aula como base para la integración de la comunidad de aprendizaje.	El manejo responsable de la información.	La reacción química motor de la diversidad natural.	Movimientos básicos y coordinativos
CONTENIDO ESPECÍFICO	La identificación del tema, la intención y las partes de un texto, para la elaboración de un resumen.	Recursos argumentativos: ejemplos, contraejemplos, citas, explicaciones, presentación de información, lugares comunes, etc.	Uso de comunicación asertiva y empática a nivel intrapersonal e interpersonal en la cotidianidad de las relaciones humanas.	El uso de diferentes fuentes de información.	¿Cómo identificar las reacciones reversibles y las reacciones irreversibles?	Desarrollo de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia
APRENDIZAJE ESPERADO	Desarrolla un resumen escrito en el que demuestre el tema, la intención y las partes de los textos y lo comenta oralmente en el grupo.	Aprender a producir argumentos con diferentes intenciones de manera creativa y responsable.	Analiza la repercusión de las experiencias de comunicación asertiva y empática o no asertiva a nivel intrapersonal e interpersonal.	Aprueba, reconoce, comprende la importancia y deduce las consecuencias de interactuar en red, a través de la valoración de un caso concreto.	Identifica el cambio químico como un proceso en el que, a partir de ciertas sustancias iniciales, se producen otras debido a la ruptura y formación de enlaces.	Conocer los diferentes tipos de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia en su práctica y concepto

<p>PRODUCTO ESPERADO</p>	<p>La aplicación de la estructura de la oración simple en la construcción del resumen.</p>	<p>Informe escrito y oral de la observación sobre intenciones, actos de habla, efectos, responsabilidad y elementos no verbales que se presentan en las argumentaciones que ha observado durante el proceso de aprendizaje</p>	<p>Ejemplifica a través un sketch (guion argumentado) una situación en donde pueda representar el origen de una comunicación asertiva y empática o no asertiva, ya sea a nivel intrapersonal o interpersonal.</p>	<p>La elaboración de un diario con las formas de comunicación que se usan día a día. Blog informativo de aprendizajes esperados.</p>	<p>Bitácora de sustancias que contienen los refrescos de cola y los efectos en el ser humano.</p>	<p>A través de dibujos esquemáticos, así como la creación de un video donde muestre el diseño de rutinas en actividades predeportivas de la puesta en práctica de los tipos de fuerza flexibilidad y resistencia.</p>
---------------------------------	--	--	---	--	---	---

Vinculación de las competencias con aprendizajes esperados

<p>APRENDIZAJES ESPERADOS</p>	<p>PRODUCTOS ESPERADOS</p>	<p>COMPETENCIAS GENÉRICAS</p>	<p>ATRIBUTOS</p>	<p>COMPETENCIAS DISCIPLINARES</p>
<p>Conozcan las diferentes capacidades físicas y su manifestación en el contexto deportivo, y reflexiones sobre sus procesos de desarrollo en las diferentes disciplinas haciendo énfasis en la práctica del volibol.</p>	<p>Los estudiantes obtendrán una comprensión clara de las bases conceptuales que supone la práctica deportiva del volibol en reportes escritos</p>	<p>1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.</p> <p>6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.</p>	<p>1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.</p> <p>6.4 Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.</p>	<p>H5. Construye, evalúa y mejora distintos tipos de argumentos, sobre su vida cotidiana de acuerdo con los principios lógicos.</p>
<p>Conozcan las diferentes orientaciones para el desarrollo de sus capacidades físicas condicionales en la práctica organizada del volibol.</p>	<p>Argumentación sobre la diversidad de posibilidades de participación para lograr un desarrollo adecuado, de las capacidades físicas de fuerza flexibilidad y resistencia por medio de la práctica organizada del volibol</p>	<p>4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.</p> <p>6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general,</p>	<p>4.2 Aplica distintas estrategias comunicativas según quienes sean sus interlocutores, el contexto en el que se encuentra y los objetivos que persigue.</p>	<p>H5. Construye, evalúa y mejora distintos tipos de argumentos, sobre su vida cotidiana de acuerdo con los principios lógicos.</p>

	asumiendo diferentes posiciones tácticas de la disciplina en cuestión	considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.	6.4 Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.	
Reflexionen sobre los aspectos fisiológicos que representa la práctica del volibol para identificar las posibilidades que esta actividad ofrece para desarrollar sus capacidades físicas.	Argumentación sobre la diversidad de posibilidades de participación para lograr un desarrollo adecuado, de las capacidades físicas de fuerza flexibilidad y resistencia por medio de la práctica organizada del volibol asumiendo diferentes posiciones tácticas de la disciplina en cuestión	4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados. 6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva	4.2 Aplica distintas estrategias comunicativas según quienes sean sus interlocutores, el contexto en el que se encuentra y los objetivos que persigue. 6.4 Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.	H5. Construye, evalúa y mejora distintos tipos de argumentos, sobre su vida cotidiana de acuerdo con los principios lógicos.

1.- Conceptos, tipos y métodos para el desarrollo de la fuerza en la práctica del volibol						
2.- Diseño y práctica de tareas y juegos motores para el desarrollo de la fuerza en la práctica del volibol						
3.- Conceptos, tipos y métodos para el desarrollo de la resistencia en la práctica del volibol						
4.- Diseño y práctica de tareas y juegos motores para el desarrollo de la resistencia en la práctica del volibol						
Evaluación del Segundo Parcial						

TERCER PARCIAL CONTENIDO CENTRAL: EL ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES DE VELOCIDAD Y FLEXIBILIDAD EN LA PRÁCTICA DEL VOLIBOL.

Contenidos Específicos	sesiones	13	14	15	16	17	18
1.- Conceptos, tipos y métodos para el desarrollo de la velocidad en la práctica del volibol							
2.- Diseño y práctica de tareas y juegos motores para el desarrollo de la velocidad en la práctica del volibol							
3.- Conceptos, tipos y métodos para el desarrollo de la flexibilidad en la práctica del volibol							
4.- Diseño y práctica de tareas y juegos motores para el desarrollo de la flexibilidad en la práctica del volibol							
Evaluación del Tercer Parcial							

Unidad Didáctica 1: "Capacidades Físicas"	Periodo	Febrero – Abril	Uso pedagógico de las TIC:
Contenido Central	Número de sesiones	6	
	Propósito:	Rasgos del perfil de egreso:	
<p>Conceptos básicos Que abarcan la Educación Física para la práctica deportiva</p>	<p>-Conceptualización de Educación Física</p> <p>- Conozcan las diferentes capacidades físicas condicionales en el contexto deportivo, y reflexione sobre sus propios procesos de desarrollo de los deportes en las diferentes disciplinas (volibol).</p>	<p>Asume el compromiso de mantener su cuerpo sano, tanto en lo correspondiente a su salud física como mental.</p> <p>Evita conductas y prácticas de riesgo para favorecer un estilo de vida activo y saludable.</p>	<p>Artículos de internet</p> <p>Videos</p> <p>Tutoriales</p> <p>Aplicaciones morfofuncionales</p>
Contenido Específico	Aprendizajes esperados	Productos	Rasgos que se evalúan
<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos: Fuerza Flexibilidad Velocidad Resistencia • Diseño y práctica de tareas y juegos motores para el 	<p>Conocer los diferentes tipos de capacidades físicas</p>	<p>El alumno sabrá diferenciar los tipos de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia a través de dibujos esquemáticos, así creación de un video donde muestre el diseño de rutinas en actividades predeportivas de la</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Participará en su proceso de evaluación realizando una auto evaluación, en las diferentes actividades físicas, de las sesiones. • Por medio de la observación se evaluarán los cambios de conducta en los diferentes

desarrollo de las capacidades físicas		puesta en práctica de los tipos de fuerza flexibilidad y resistencia.	desempeños en las pruebas de fuerza, flexibilidad y resistencia en la práctica del volibol. <ul style="list-style-type: none"> • Revisión de evidencias (registros de clase) conocimientos cuestionario de los contenidos revisados.
Estrategias de aprendizaje	Sesión Núm. 1		Tiempo: 50 minutos.
Descubrimiento guiado Circuito de acción motriz Juego organizado	Actividades		
Material Didáctico:	<ul style="list-style-type: none"> - Evaluación diagnóstica por estudiante. - Para dar apertura al segundo semestre, se realizan juegos de integración motriz, Así también se sugiere mediante una lluvia de ideas que el alumno exprese sus conocimientos conceptuales respecto a los contenidos del programa, para ubicar al estudiante respecto al nivel de conocimiento, en argumentos como; deporte, iniciación deportiva, deporte educativo, cargas de trabajo, fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad y registrar en el diario docente. - Mediante un escrito breve expresar su historial deportivo, considerando los siguientes puntos: Práctica actualmente algún deporte, pertenece algún club, ha participado en juegos estudiantiles y a tenido algún entrenador. - Con la intención de establecer acuerdos de trabajo con los alumnos, dar a conocer la planeación del curso-taller de la importancia de la optativa, los propósitos del curso, la organización de los contenidos, de la evaluación y de las actividades complementarias, así como de los materiales a utilizar en el semestre. - Realizar diferentes ejercicios básicos del volibol como introducción al deporte: <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar y cachar la pelota o balón de volibol. • Realizar los diferentes tipos de saque (alto medio y bajo) 		

<ul style="list-style-type: none"> • Cañón, Lap top, teoría del tema. • Uso de la "red escolar" para buscar información. • Balones de volibol o pelotas. • Red de volibol, tubos. Conos y aros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ejemplificación y posturas de la recepción. • Lanzar en parejas o más la pelota o balón realizando la recepción. • Enseñanza de la recepción alta media y baja. • Realizar las diferentes posiciones del voleo (bajo medio y alto) para su control en el juego. • Juego de beis-voli. • Posición básica de bloqueo en la red. • Mediante la práctica del juego revisar el reglamento. <ul style="list-style-type: none"> - Comentar si las posturas tomadas en la actividad anterior son correctas o no y qué hacer para corregirlas. - Para ampliar la información del tema, se sugiere analizar las siguientes ligas: - COLOCAR LIGAS DE VOLIBOL. - Por equipos diseñar una propuesta para practicar las posiciones básicas del volibol donde se evaluarán dichos movimientos. - Participa en un circuito de acción motriz de volibol, con actividades de saque, recepción, voleo y bloqueo.
<p>Nota: El docente titular del taller de Educación Física, planea las restantes cinco sesiones de la unidad didáctica.</p>	
<p>Observaciones:</p>	

Unidad Didáctica 2: "Capacidades Físicas"	Periodo	Mayo – Julio	Uso pedagógico de las TIC:
	Número de sesiones	12	
Contenido Central	Propósito:	Rasgos del perfil de egreso:	Artículos de internet Videos Tutoriales
El uso diario de las capacidades físicas condicionales en juegos y la práctica del voli bol.	-	Asume el compromiso de mantener su cuerpo sano (tanto salud física como mental).	

<p>La práctica de voli bol como vivencia de juegos en ángulos, es decir, el balón vuela en dirección contraria a la posición del jugador, de manera que le permita desarrollar y estimular aptitudes de coordinación, acoplamiento como: movimientos, cambio de situaciones, ritmo, equilibrio, reacción, orientación, velocidad y potencia, así como la movilidad de las articulaciones involucradas.</p>	<p>Las capacidades físicas coordinativas en la práctica de los deportes (volibol)</p>	<p>Evita conductas y prácticas de riesgo para favorecer un estilo de vida activo y saludable.</p>	<p>Aplicaciones morfofuncionales</p>
Contenido Específico	Aprendizajes esperados	Productos	Rasgos que se evalúan
<p>Capacidad aeróbica y capacidad anaeróbica Realiza ejercicios de respiración que le permitan recuperar su capacidad cardiovascular y de la misma manera eficientizar las ejecuciones correspondientes. Reconocimiento del espacio donde se desarrollan sus capacidades físicas en este juego. (cancha de volibol).</p>	<p>Conocer los diferentes tipos de capacidades físicas coordinativas. Analizar mediante la observación el trabajo de los compañeros de grupo en algunos ejercicios al realizar diferentes evoluciones que denoten capacidades físicas coordinativas relacionadas con la práctica del volibol.</p>	<p>Realizar un Circuito de capacidades físicas coordinativas para demostrar su aprendizaje en el volibol</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Revisión de evidencias (registros de clase) conocimientos de conceptos y definiciones, así como análisis de lecturas y cuestionario de los contenidos revisados. • Participación en circuitos de acción motriz y torneo Inter escolar para evaluación de habilidades adquiridas
Estrategias de aprendizaje	Sesión Núm. 1		Tiempo: 50 minutos.
<p>Mando directo Circuito de acción motriz Juego organizado Asignación de tareas</p>	<p style="text-align: center;">Actividades</p> <ul style="list-style-type: none"> - realización de juegos de acción motriz. - ¡A jugar se ha dicho! En equipos de trabajo elaboren juegos y tareas motrices de fuerza máxima, explosiva y de resistencia. para aplicar con sus compañeros de grupo. Al finalizar mediante una lluvia de ideas establezca las diferencias. 		

Trabajo cooperativo	<ul style="list-style-type: none"> - A jugar se ha dicho ¡Dividir al grupo en equipos de 6 para ubicarlos dentro de la cancha de volibol y realizar actividades motrices en el juego de (cachivol)! - Dentro de la cancha ubicarlos en su posición de juego (delanteros y zagueros). -Ubicar a los jugadores en las zonas y desplazamientos. - ¿Que es el libero? y ubicarlo dentro de la cancha. - ¡A jugar se ha dicho! En equipos de trabajo elaboren juegos y tareas motrices de velocidad de reacción, cíclica y acíclica, para aplicar con sus compañeros de grupo dentro de la cancha de volibol. Al finalizar mediante una lluvia de ideas establezca las diferencias. - Realizar actividades de juego donde se apliquen las reglas del juego. - Redactar un texto dando respuesta a las siguientes interrogantes. ¿Cuáles son las Recomendaciones para el desarrollo de las capacidades físicas coordinativas? - Realizar un torneo de volibol.
---------------------	--

Nota: El docente titular del taller de Educación Física, planea las restantes cinco sesiones de la unidad didáctica.

Observaciones:

Se realiza el ejemplo de la sesión No. 1, ya que respecto al cuadro de dosificación del módulo I, la sesión No. 1 aplicación del diagnóstico.

Ejemplo de planificación didáctica:

PLANEACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA I		
Unidad Didáctica Conceptos básicos en la práctica deportiva	Sesión 1	Tiempo: 50 minutos

Contenido central	Aprendizaje esperado	Intención pedagógica	Producto
<p>Conceptos básicos Que abarcan la Educación Física para la práctica deportiva</p>	<p>Conocer los diferentes tipos de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia en su práctica y concepto</p>	<p>Diferenciar los diferentes tipos de: fuerza, velocidad, flexibilidad y resistencia.</p>	<p>Compendio de imágenes y gráficos, escrito breve video.</p>
<p>Estrategias de aprendizaje</p>	<p>Actividades</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Descubrimiento guiado • Circuito de acción motriz • Juego organizado 	<p>Inicio:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evaluación diagnóstica por estudiante. se realiza compilación de datos que den pie a saber las capacidades físicas del estudiante. - Para dar apertura al segundo semestre, se realizan juegos de integración motriz organizados en equipos de máximo 10 integrantes, Así también se sugiere mediante una lluvia de ideas que el alumno exprese sus conocimientos conceptuales respecto a los contenidos del programa, para ubicar al estudiante respecto al nivel de conocimiento, en argumentos como; deporte, iniciación deportiva, deporte educativo, cargas de trabajo, fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad y registrar en el diario docente. - Mediante un escrito breve expresar de manera personal su historial deportivo, considerando los siguientes puntos: Práctica actualmente algún deporte, pertenece algún club, ha participado en juegos estudiantiles y ha tenido algún entrenador. <p>Desarrollo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Con la intención de establecer acuerdos de trabajo con los alumnos, dar a conocer la planeación del curso-taller de la importancia de la optativa, los propósitos del curso, la organización de los contenidos, de la evaluación y de las actividades complementarias, así como de los materiales a utilizar en el semestre. - Realizar diferentes ejercicios básicos del volibol como introducción al deporte: <ul style="list-style-type: none"> • Lanzar y cazar la pelota o balón de volibol. • Realizar los diferentes tipos de saque (alto medio y bajo) • Ejemplificación y posturas de la recepción. • Lanzar en parejas o más la pelota o balón realizando la recepción. • Enseñanza de la recepción alta media y baja. • Realizar las diferentes posiciones del voleo (bajo medio y alto) para su control en el juego. • Juego de beis-voli. • Posición básica de bloqueo en la red. • Mediante la práctica del juego revisar el reglamento. 		
<p>Estilos de enseñanza</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Descubrimiento guiado. • Resolución de problemas. 			
<p>Materiales / Recursos</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Cañón, Lap top, teoría del tema. • Uso de la “red escolar” para buscar información. • Balones de volibol o pelotas. • Red de volibol, tubos. Conos y aros. 			
<p>Estrategia de evaluación</p>			
<p>Técnica: Análisis del desempeño.</p>	<p>Instrumento: Lista de cotejo</p>		
<p>Rasgos que evaluar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participará en su proceso de evaluación realizando una auto evaluación, en las 			

<p>diferentes actividades físicas, de las sesiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por medio de la observación se evaluarán los cambios de conducta en los diferentes desempeños en las pruebas de fuerza, flexibilidad y resistencia en la práctica del volibol. • Revisión de evidencias (registros de clase) conocimientos cuestionario de los contenidos revisados. 	<p>Cierre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comentar si las posturas tomadas en la actividad anterior son correctas o no y qué hacer para corregirlas. - Para ampliar la información del tema, se sugiere analizar las siguientes ligas: www.efdeportes.com/efd151/la-practica-del-voleibol-en-la-escuela.htm www.efdeportes.com/efd52/recre.htm www.ilustrados.com/.../Actividades-Recreativas-Para-Contribuir-Practica-Voleibol.htm... www.appmananero.tv › Estilo de Vida › Ejercicios y Salud nelsito3.globered.com/categoria.asp?idcat=39 https://voleibolrecreativo.wordpress.com/ https://www.monografias.com/...voleibol/actividades-didactico-educativas-voleibol2.s... tuespaciodelsureste.com › Home › Portada https://practicabasicaii.wikispaces.com/file/view/TallerVoley.pdf - Por equipos diseñar una propuesta para practicar las posiciones básicas del volibol donde se evaluarán dichos movimientos. - Participa en un circuito de acción motriz de volibol, con actividades de saque, recepción, voleo y bloqueo.
<p>Observaciones:</p>	
<p>Nota: El docente titular del taller de Desarrollo Físico y Salud, planea las restantes cinco sesiones de la unidad didáctica.</p>	

REFERENCIAS:

www.efdeportes.com/efd151/la-practica-del-voleibol-en-la-escuela.htm

www.efdeportes.com/efd52/recre.htm

www.ilustrados.com/.../Actividades-Recreativas-Para-Contribuir-Practica-Voleibol.htm...

www.appmananero.tv › Estilo de Vida › Ejercicios y Salud

nelsito3.globered.com/categoria.asp?idcat=39

<https://voleibolrecreativo.wordpress.com/>

<https://www.monografias.com/...voleibol/actividades-didactico-educativas-voleibol2.s...>

tuespaciodelsureste.com › Home › Portada

<https://practicabasicaii.wikispaces.com/file/view/TallerVoley.pdf>

<https://deportivasfeszaragoza.files.wordpress.com/.../voleibol-fundamentos-tecnicos.p...>

futbolcarrasco.com/wp-content/uploads/2014/08/futbolcarrascoinef1curso8.pdf

<https://www.um.es/...VOLEIBOL.pdf/1f29ffd-e6bd-4231-8511-6af31682e452>

www.paidotribo.com/pdfs/980/980.0.pdf

conadeb.conade.gob.mx/Documentos/Publicaciones/Voleibol.pdf

voleyecuador.org/pdfs/Manual_Entrenadores_FIVB.pdf

<https://www.edu.xunta.gal/centros/cafi/aulavirtual2/mod/resource/view.php?id...>

www.fivb.com/-/media/fivb/development/pdf/.../coaches_manual_level_ii_es.pdf?...

etcheгойen.cl/web/wp-content/uploads/guia-voleibol-7°-B.pdf

<https://es.slideshare.net/ReneDiazMontejo/libro-manual-voleibol-i-y-ii-teorico-1-sicced>