



Universidad Autónoma de Guerrero

Comisión General de Reforma Universitaria

Educación Media Superior

PLAN DE ESTUDIOS POR COMPETENCIAS 2010



COMPLEMENTARIA II EDUCACIÓN FÍSICA II

SEGUNDO SEMESTRE



INDICE

TEMAS	Página
Identificación y ubicación de la unidad de aprendizaje.....	3
Tabla de contenido temático	6
Esquema gráfico de contenidos	7
Unidad temática de competencia I.....	8
Unidad de competencia II.....	12
Unidad de competencia III.....	16
Evaluación de los aprendizajes.....	20
Referencias.....	21
Elaboración del programa.....	22



Identificación y ubicación de la unidad de aprendizaje

Unidad de Aprendizaje	EDUCACIÓN FÍSICA II			
Clave	Tipo	Semestre		Etapa de formación
1281	Obligatoria	Segundo		Básica
Núcleo integrador del semestre	Créditos	Horas semana		Horas semestre
		T	P	
Conoce tu región y tu estado	3	1	1	32

Área de formación	Arte, Educación Física y Capacitación para el trabajo
Descripción del área de formación	En el área de formación de Arte, Educación Física y Capacitación para el trabajo, el estudiante adquirirá conocimientos, aptitudes y actitudes que le permitan consolidar y ampliar su cultura, realizar actividad física y capacitarse para el trabajo, que le permitan desarrollar su formación integral como bachiller y como ser humano.

Unidades de aprendizaje antecedentes	Unidades de aprendizaje simultáneas	Unidades de aprendizaje consecuentes
Educación Física I	Matemáticas II Física I Química II Filosofía I Historia II Taller de Lectura y Redacción II Computación II	Complementaria III Complementaria IV Complementaria V



Descripción (Presentación) de la Unidad de Aprendizaje

La Unidad de Aprendizaje (UA) *Educación Física II*, se ubica en el segundo semestre del Plan de Estudios de la Educación Media Superior (EMS) 2010 de la UAG y pertenece al Área de Arte, Educación Física y Capacitación con una carga horaria de 2 horas semanales para un total de 32 horas al semestre. La Educación Física en esta etapa está orientada fundamentalmente, a profundizar y perfeccionar los conocimientos trabajados en la etapa anterior, también se propone el aprendizaje de nuevos contenidos, que contribuyan a ampliar y mejorar las capacidades ya adquiridas.

El proceso formativo de la Unidad de Aprendizaje de Educación Física II se sitúa en torno a la orientación instrumental de la adquisición y perfeccionamiento de habilidades específicas: de entrenamiento o ejercicio, recreativas y deportivas convencionales, para el disfrute activo del tiempo libre.

En esta etapa, y teniendo en cuenta las finalidades atribuidas al perfil de egreso, este proceso debe contribuir también a consolidar la autonomía plena del alumnado para satisfacer sus propias necesidades motrices. Para conseguir lo anterior es necesario completar los conocimientos referidos al saber con los relativos al saber hacer, de forma que teoría y práctica constituyan la esencia de la educación física, propiciando en los alumnos la adquisición de los procedimientos que les son necesarios para planificar, organizar y dirigir sus propias actividades, sin olvidar nunca su marcado carácter práctico.

Las tres unidades que la componen, están estructuradas de tal forma que el alumno es capaz de aprender los conocimientos que le permiten tener todos los elementos para organizar su propia rutina de actividad física en cualquiera de sus manifestaciones. Además que le permite generar las competencias para incorporar la actividad física en su tiempo libre a lo largo de su vida y en su entorno.

Parte fundamental de esta unidad de aprendizaje lo constituye, sin duda, el hecho de que independientemente de las horas asignadas en el plan de estudios, el alumno incorporará una rutina de actividad física para realizarla todos los días y la enriquecerá con los conocimientos, habilidades y destrezas que adquirirá a lo largo del curso.

La conciencia adquirida en relación a la importancia de la actividad física, motivará que el alumno en el futuro sea un individuo más sano y comprometido con el mismo, con esto se contribuye a formar mejores estudiantes, profesionistas y ciudadanos.



Propósito general de la Unidad de Aprendizaje	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Enriquecer el programa de activación física del alumno a través de la actividad física, recreativa y deportiva para Evolucionar sistemáticamente su fortalecimiento físico.
Categorías de Competencias Genéricas que se desarrollan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Se autodetermina y cuida de sí. 2. Se expresa y se comunica. 3. Piensa crítica y reflexivamente. 4. Aprende de forma autónoma. 5. Trabaja en forma colaborativa. 6. Participa con responsabilidad en la sociedad.
Competencias Disciplinarias Básicas que se desarrollan	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Practica la activación física como un hábito de vida con la finalidad de mejorar su salud, mental y física. ▪ Utiliza pruebas de evaluación apropiadas para autoevaluar su desempeño personal en actividades físicas. ▪ Se expresa, convive, participa en sociedad y toma decisiones, individuales y en equipo, utilizando los medios de la educación física para cultivar relaciones interpersonales sanas. ▪ Participa en la organización y práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas promoviendo la cultura de preservación de la salud y el desarrollo de una sociedad activa y sana.
Perfil disciplinario de docente	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grado académico mínimo de Licenciado en Educación Física, del deporte o áreas equivalentes y formación pedagógica y didáctica en el campo de la Educación Física o áreas afines. ▪ Conocimiento de las orientaciones del MCBU y del Plan de Estudios de Educación Media Superior, 2010. ▪ Disposición para trabajar en equipo y brindar tutorías y asesorías a los estudiantes; eficacia, ética profesional, valores y compromiso con su unidad académica; compromiso con las actividades extracurriculares que la unidad académica realice y disposición para incorporarse a procesos de formación docente.
Competencias docentes requeridas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Organiza su formación continua a lo largo de su trayectoria profesional. 2. Domina y estructura los saberes para facilitar experiencias de aprendizaje significativo. 3. Planifica los procesos de enseñanza y de aprendizaje atendiendo al enfoque por competencias, y los ubica en contextos disciplinares, curriculares y sociales amplios. 4. Lleva a la práctica procesos de enseñanza y de aprendizaje de manera efectiva, creativa e innovadora en su contexto institucional. 5. Evalúa los procesos de enseñanza y de aprendizaje con un enfoque formativo. 6. Construye ambientes para el aprendizaje autónomo y colaborativo. 7. Contribuye a la generación de un ambiente que facilite el desarrollo sano 8. Participa en los proyectos de mejora continua de su escuela y apoya la gestión institucional.
Estructura de la Unidad de Aprendizaje	
Unidad de Temática I	Actividad física para el acondicionamiento
Unidad de Temática II	Actividad física recreativa en mi región y estado
Unidad de Temática III	Actividad deportiva convencional en mi región y estado



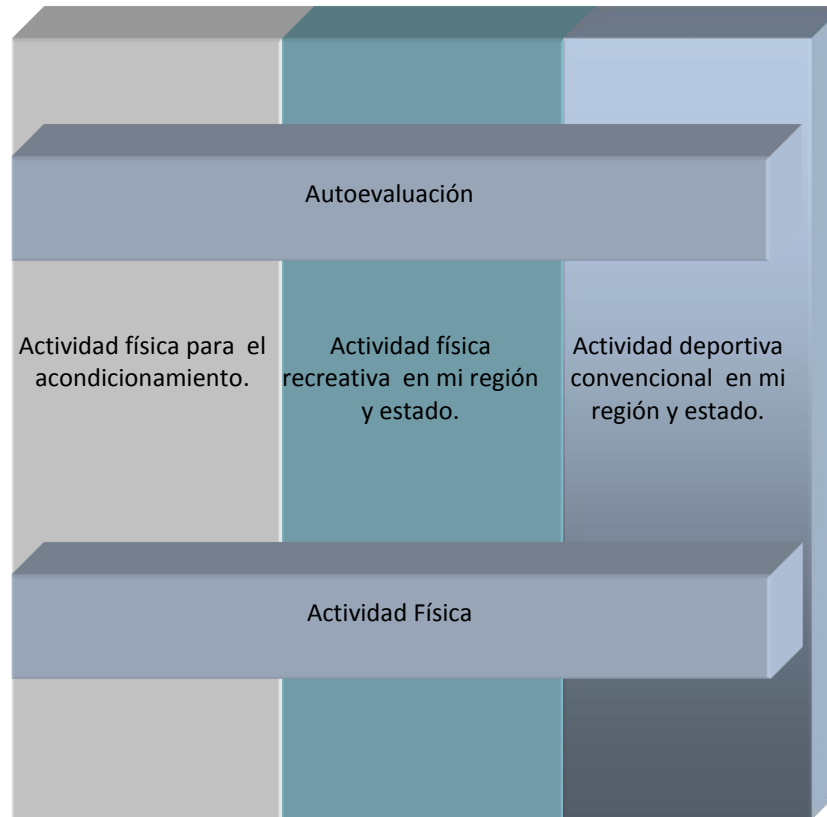
Tabla de contenido temático.

Competencias	Procesos	Unidades de competencia		
		I Actividad física para el acondicionamiento.	II Actividad física recreativa en mi región y estado	III Actividad deportiva convencional en mi región y estado.
Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.	Diagnóstico	1. Pruebas de aptitud y rendimiento físico.	1.- Actividad física recreativa. 1.1 Definición. 1.2 Clasificación.	1. Actividad física deportiva. 1.1 Definición. 1.2 Clasificación. 1.3 Organización deportiva.
Participa en la organización y práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas promoviendo la cultura de preservación de la salud y el desarrollo de una sociedad activa y sana.	Práctica física	2. Persistencia en la preparación física.	2.- Práctica de la actividad física recreativa. 2.1 Al aire libre - Campamento. - Excursión. 2.2 Acuáticas. 2.3 Lúdicas. 2.4 Físico-deportivas.	2. Práctica y dominio de los fundamentos generales de la actividad deportiva convencional.
Utiliza pruebas de evaluación apropiadas para autoevaluar su desempeño personal en actividades físicas.	Evaluación	3. Logros mínimos de rendimientos	3. Actividad física recreativa en mi rutina de activación física. 4. Evaluación de rendimiento físico.	3. Actividad deportiva convencional en mi rutina de activación física. 4. Evaluación de rendimiento físico.
Temas transversales		Temas transversales: Además de las unidades temáticas establecidas, a lo largo del semestre se abordaran dos temas transversales del plan de estudios 2010. “Educación para la salud” y “Educación para la comunicación”.		



Esquema gráfico de contenidos

EDUCACIÓN FÍSICA II





Secuencia didáctica 1			Tiempo aproximado: 10 sesiones						
Momento	Función	Actividades del alumno	Estrategias	Recursos	Evaluación				
					Función	Participación	Producto	Instrumento	
Apertura	<p>1. Recuperar conocimiento previo.</p> <p>2. Problematizar</p>	1. Describe mediante lluvia de ideas las pruebas de evaluación física que conoce (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad), redáctalas en su libro de texto y reflexiona si estas herramientas le sirven para identificar responsablemente sus capacidades físicas.	Lluvia de ideas	Libro de texto Cronómetro Pruebas de evaluación física. Bitácora Rotafolio	D F A C H ED	Listado de pruebas físicas	Lista de control		
		2. Demuestra su desempeño en las pruebas enunciadas previamente, trabajando en parejas y registrando los resultados en su bitácora personal.	Aplicación de pruebas físicas.					Registro de resultados	Bitácora
		3. Evalúa y compara los resultados obtenidos con los de la bitácora personal del curso anterior, analiza las razones que determinaron su desempeño, elabora un listado en su libro de texto de los factores que influyen en su condición física y aporta soluciones para potencializar los factores positivos y eliminar los negativos.	Análisis de información/ Solución de problemas					Listado de razones	Rúbrica para evidencia
		4. Construye una tabla y su gráfica respectiva con los resultados grupales de las pruebas aplicadas, para su análisis en un Rotafolio.	Trabajo colaborativo					Tabla y gráfica de resultados	Rúbrica para producto de trabajo en equipo
		5. Signa en su libro de texto, un compromiso personal para incrementar sus marcas durante el semestre, de manera que contribuya a que todo el grupo muestre avances en su acondicionamiento físico.	Contrato de aprendizaje					Carta compromiso	Rúbrica para evidencia



Desarrollo	3. Adquirir y organizar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reelabora su rutina de activación física, en el formato proporcionado en el libro de texto, incluyendo nuevos elementos de ejercitación, la presenta al profesor para su orientación y evaluación. 2. Realiza su rutina de activación física diariamente durante cinco semanas, registrando en la bitácora personal contenida en el libro de texto las actividades realizadas, además, el contexto y la auto observación de las condiciones físicas en que las realizó (desvelado, cansado, con hambre, etc.). Presenta la bitácora a tu profesor para su análisis. 3. Participa en las actividades físicas propuestas por el profesor para mejorar su desempeño físico. 	<p>Plan de trabajo Asesoría Evaluación</p> <p>Ejercitación Relatoría</p> <p>Trabajo colaborativo</p>	<p>Libro de texto Material deportivo</p> <p>Bitácoras Pruebas de evaluación Física Libro de texto</p>	F	ED A	<p>Rutina de activación física</p> <p>Relatoría</p> <p>Productos observables</p>	<p>Rubrica para evidencia de desempeño</p> <p>Rúbrica para evidencia de desempeño</p> <p>Rúbrica para evidencia de desempeño</p>
	4. Procesar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conformar equipos de cinco integrantes, en coordinación con el profesor, para analizar cada semana sus bitácoras y discutir las actividades, obstáculos y motivaciones. 2. Realiza con sus compañeros de equipo evaluaciones físicas registrando los resultados en las tablas proporcionadas en el libro de texto. 	<p>Análisis de información Trabajo colaborativo</p> <p>Aplicación de pruebas físicas</p>	<p>Bitácoras Pruebas de evaluación Física Libro de texto</p>	F	H C	<p>Resultados promedio por equipo</p> <p>Gráfica de resultados</p>	<p>Escala de Likert</p> <p>Rúbrica para producto de trabajo en equipo</p>



Cierre	5. Aplicar, transferir información.	<ol style="list-style-type: none"> Participa en la evaluación de su rendimiento físico, mostrando su mejor desempeño durante las pruebas aplicadas por su profesor. Registra los resultados obtenidos por equipos en la tabla proporcionada en el libro de texto y elabora con su compañeros en un Rotafolio una gráfica (histograma) grupal que muestre su evolución y avances respecto a la evaluación diagnóstica. 	<p>Evaluación de su rendimiento físico</p> <p>Análisis comparativo</p>	<p>Cronómetro</p> <p>Pruebas de evaluación física</p> <p>Libro de texto</p> <p>Rotafolio</p>	S	ED H	<p>Resultados de la pruebas de evaluación</p> <p>Tabla de resultados</p> <p>Graficas</p>	<p>Listado de control con escala</p> <p>Rúbrica para producto de trabajo en equipo</p>
	6. Tomar conciencia (metacognición).	<ol style="list-style-type: none"> Reflexiona críticamente ¿A que se deben estos resultados? ¿Qué puede hacer para mejorarlos? y registra sus conclusiones en su libro de texto. Presenta a su profesor las actividades realizadas y evaluadas durante la unidad pasa ser consideradas en su evaluación final. 	<p>Reflexión crítica</p> <p>Evaluación</p>	<p>Libro de texto</p> <p>Productos de la unidad</p>	F S	A ED	<p>Conclusión escrita</p> <p>Evaluación</p>	<p>Rúbrica para evidencia de desempeño</p> <p>Listado de control con escala</p>

Competencias genéricas desarrolladas:

- Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- Elige alternativas y cursos de acción con base a criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.
- Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
- Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento
- Identifica las actividades que le resultan de menor o mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos y obstáculos.
- Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.



Unidad de competencia II

Unidad de competencia	Conozco y practico la actividad física recreativa en mi región y estado.	Sesiones previstas	10 sesiones
Propósitos	<ul style="list-style-type: none"> Fortalece su cultura de preservación de la salud a partir de su participación activa en la organización y práctica de actividades físicas recreativas favoreciendo con ello al fomento y desarrollo de una sociedad activa y saludable. Distingue la importancia de las actividades recreativas y las incorpora en su rutina de activación física. 		
Competencias disciplinares	ATRIBUTOS DE COMPETENCIA		
	CONCEPTUALES (saber)	PROCEDIMENTALES (saber hacer)	ACTITUDINALES (saber ser, saber convivir)
<ul style="list-style-type: none"> Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. Participa en la organización y práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas promoviendo la cultura de preservación de la salud y el desarrollo de una sociedad activa y sana. Utiliza pruebas de evaluación apropiadas para autoevaluar su desempeño personal en actividades físicas. 	<p>1.- Actividad física recreativa.</p> <p>1.1 Definición.</p> <p>1.2 Clasificación.</p> <p>2.- Práctica de la actividad física recreativa.</p> <p>2.1 Al aire libre</p> <p>-Campamento.</p> <p>- Excursión.</p> <p>2.2 Acuáticas</p> <p>2.3 Lúdicas</p> <p>2.4 Físico-deportivas.</p> <p>3. Actividad física recreativa en mi rutina de activación física.</p> <p>4. Evaluación de rendimiento físico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Describe sus conocimientos personales en cuanto a la actividad física recreativa. Planea, organiza y práctica actividades físicas recreativas. Incorpora las actividades recreativas en la práctica de su rutina de activación física. 	<ul style="list-style-type: none"> Comunica y comparte los elementos conocidos de actividad física recreativa. Manifiesta interés y disfruta las actividades físicas recreativas, Asumiendo una actitud de respeto al medio ambiente. Manifiesta una actitud positiva y valora las actividades físicas recreativas como parte de su rutina de activación.
Situación de aprendizaje	Aprendizaje colaborativo Aprendizaje orientado a Proyectos	Nivel de desempeño esperado	Comprensión, análisis y utilización.
Tema(s) transversal(es)	Educación para la salud y Educación para la comunicación Nota: en el transcurso de la Unidad Temática, el docente abordará, en el momento adecuado, los temas antes señalados.		



Secuencia didáctica 2			Tiempo aproximado: 10 sesiones						
Momento	Función	Actividades del alumno	Estrategias	Recursos	Evaluación				
					Función	Participación	Producto	Instrumento	
Apertura	1. Recuperar conocimiento previo. 2. Problematizar	1. Comenta a través de lluvia de ideas el concepto de Actividad física recreativa y construye una definición grupal en el libro de texto.	Lluvia de ideas	Libro de texto Tarjetas Plumones	D	H	Definición	Lista de control con escala.	
		2. Subraya las actividades recreativas que identifica en la carta proporcionada en el libro de texto.	Identificación de palabras clave de un texto.		ED	A	Palabras clave	Lista de control con escala.	
		3. Complemente en su libro de texto un cuadro comparativo con las diferentes actividades físicas recreativas identificadas en el texto anterior, preséntalo a tu profesor.	Elaboración de esquema			C		Cuadro Comparativo	Rúbrica para evidencia de desempeño
		4. Desarrolla la dinámica grupal sugerida en el libro de texto e identifica las actividades físicas recreativas que no conoce, regístralas en tu libro de texto.	Dinámica grupal y transmisión de conocimientos.					Listado de actividades recreativas	Rúbrica para evidencia de desempeño
		5. Analiza y propone soluciones para realizar aquellas actividades recreativas que no puede practicar en su contexto, las redacta en su libro de texto y las comparte con su grupo.	Solución de problemas/ Debate					Propuestas de solución	Rúbrica para evidencia de desempeño
		6. Realiza con un compañero de clases, guiados por el profesor, la coevaluación en el formato proporcionado en el libro de texto en relación a las actividades realizadas.	Evaluación					Coevaluación	Rúbrica para evidencia de desempeño



Desarrollo	3. Adquirir y organizar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> Participa en la planificación y organización de un campamento en tu región o estado en función de las condiciones de la Unidad Académica Preparatoria a la que pertenezca. Organiza en coordinación con el profesor los equipos para asignar los trabajos y actividades para desarrollo del campamento y las registra en el formato presentado en tu libro de texto. Elabora junto con sus compañeros y profesor, en un rotafolio, el cronograma grupal de las actividades a realizar durante el campamento a partir de propuestas individuales. Realiza un listado de los materiales necesarios para la tarea y actividad que corresponda realizar a su equipo y los provee. 	Proyecto/ Trabajo colaborativo	Libro de texto Cuaderno de trabajo Rotafolio Insumos	F	H	Plan de acción Lista de asignación de tareas Cronograma Cotejo de materiales	Rubrica para trabajo de equipo Rubrica para trabajo de equipo Rubrica para trabajo de equipo Rubrica para trabajo de equipo
	5. Procesar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> Realiza las actividades programadas en su cronograma y registra en su diario de campo las experiencias obtenidas. Entrega un reporte que autoevalúe su participación en la ejecución de las tareas y actividades asignadas. Evalúa el trabajo realizado por equipo en una escala de likert. 	Desarrollo del proyecto Relatoría/ autoevaluación Evaluación de proyecto	Insumos Diario de campo Cuaderno de trabajo Formato con escala de likert	F S	A ED H	Relatoría. Reporte escrito Juicio de desempeño	Rúbrica para evidencia de desempeño Rúbrica para evidencia de desempeño Escala de likert



Cierre	5. Aplicar, transferir información.	<ol style="list-style-type: none"> Incorpora a su rutina de activación física, en el formato proporcionado en el libro de texto, Plan de trabajo algunas de las actividades recreativas realizadas en el campamento, la presenta al profesor para su orientación y evaluación. Realiza su rutina de activación física todos los días, registrando en la bitácora personal contenida en el libro de texto las actividades realizadas. 	Asesoría Evaluación Ejercitación	Libro de texto Bitácora	F	ED A	Rutina de activación física Relatoría	Rúbrica para evidencia de desempeño Rúbrica para evidencia de desempeño
	7. Tomar conciencia (metacognición).	<ol style="list-style-type: none"> Participa en la evaluación de su rendimiento físico, mostrando su mejor desempeño durante las pruebas aplicadas por su profesor y toma conciencia de los factores que influyeron en sus resultados. 	Aplicación de pruebas físicas Trabajo colaborativo	Pruebas de evaluación física Bitácora	S	ED	Registro de resultados en la bitácora	Rúbrica para evidencia de desempeño

Competencias genéricas desarrolladas:

- Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- Elige alternativas y cursos de acción con base a criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.
- Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.
- Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
- Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodea.
- Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva comprendiendo como cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo.
- Ordena información de acuerdo a categorías, jerarquías y relaciones.
- Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento.
- Identifica las actividades que le resultan de menor o mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos y obstáculos.
- Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.
- Asume una actitud constructiva, congruente con los conocimientos y habilidades con los que cuenta dentro de distintos equipos de trabajo.



Unidad de competencia III

Unidad de competencia	Conozco y practico la actividad deportiva convencional en mi región y estado.	Sesiones previstas	12
Propósitos	<ul style="list-style-type: none"> Fortalece su cultura de preservación de la salud a partir de su participación activa en la organización y práctica de actividades físicas deportivas favoreciendo con ello al fomento y desarrollo de una sociedad activa y saludable. Distingue la importancia de las actividades deportivas y las incorpora en su rutina de activación física.. 		
Competencias disciplinares	ATRIBUTOS DE COMPETENCIA		
	CONCEPTUALES (saber)	PROCEDIMENTALES (saber hacer)	ACTITUDINALES (saber ser, saber convivir)
<ul style="list-style-type: none"> Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. Participa en la organización y práctica de actividades físicas, recreativas y deportivas promoviendo la cultura de preservación de la salud y el desarrollo de una sociedad activa y sana. Utiliza pruebas de evaluación apropiadas para autoevaluar su desempeño personal en actividades físicas. 	<ol style="list-style-type: none"> Actividad física deportiva. <ol style="list-style-type: none"> Definición Clasificación. Organización deportiva. Práctica y dominio de los fundamentos generales de la actividad deportiva convencional. Actividad deportiva convencional en mi rutina de activación física. Evaluación de rendimiento físico. 	<ul style="list-style-type: none"> Investiga, reconoce y debate de la organización deportiva. Identifica durante la práctica de la actividad deportiva convencional los elementos más importantes del deporte de su elección. Incorpora las actividades deportivas convencionales en la práctica de su rutina de activación física. Utiliza sus conocimientos, habilidades, actitudes y experiencias para la construcción de un proyecto de vida. 	<ul style="list-style-type: none"> Analiza críticamente las problemáticas encontradas en la organización deportiva. Reconoce la importancia del juego limpio, el respeto por las diferencias individuales e Identifica las aptitudes propias. Manifiesta una actitud positiva y valora las actividades físicas deportivas como parte de su rutina de activación. Asume conscientemente un compromiso ético y responsable para llevar a cabo su proyecto de vida.
Situación de aprendizaje	Aprendizaje Colaborativo Aprendizaje orientado a Proyectos	Nivel de desempeño esperado	Comprensión, análisis y utilización.
Tema(s) transversal(es)	Educación para la salud y Educación para la comunicación Nota: en el transcurso de la Unidad Temática, el docente abordará, en el momento adecuado, los temas antes señalados.		



Secuencia didáctica 3			Tiempo aproximado: 12 sesiones					
Momento	Función	Actividades del alumno	Estrategias	Recursos	Evaluación			
					Función	Participación	Producto	Instrumento
Apertura	1. Recuperar conocimiento previo. 2. Problematizar	1. Investiga la definición de deporte convencional y su clasificación, esquematiza la información en un rotafolio.	Búsqueda de información	Rotafolio Fuentes de consulta Libro de texto Fichas Listado de propuestas	D F	H ED	Esquemas	Lista de control
		2. Identifica y elabora un listado de los deportes convencionales que existen en su región y/o estado, selecciona los que practica y comparte la información con su grupo.	Interpretación de información				Listado	Lista de control
		3. Analiza e interpreta el organigrama del libro de texto acerca de la organización el deporte en tu país, comenta sus conclusiones con su profesor y compañeros.	Análisis y reflexión				Organigrama	Rúbrica para evidencia de desempeño
		4. Redacta su opinión acerca del nivel deportivo de su municipio y estado, la presenta a su profesor y debate con sus compañeros.	Debate				Reflexión escrita	Lista de control
		5. Propone acciones alternativas para mejorar el deporte en su entorno consultando diversas fuentes de información para argumentar sus propuestas.	Solución de problemas				Propuestas	Rúbrica para evidencia de desempeño



Desarrollo	3. Adquirir y organizar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conformar equipos e investigar las características, reglas y lugares donde se puede practicar el deporte que le asigne su profesor. Organiza la información en su libro de texto. 2. Transmite y aplica los conocimientos adquiridos, dirigiendo junto con su equipo la actividad deportiva asignada. 	<p>Trabajo colaborativo Investigación</p> <p>Ejercitación</p>	<p>Fuentes de información Cuaderno de trabajo Libro de texto Material deportivo</p>	<p>F S</p>	<p>ED H</p>	<p>Clasificación de información</p> <p>Actividad práctica</p>	<p>Rubrica para trabajo de equipo</p> <p>Rubrica para trabajo de equipo</p>
	4. Procesar nueva información.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Participa en encuentros deportivos amistosos de su disciplina preferida, reconoce la importancia del juego limpio, el respeto por las diferencias individuales e Identifica las aptitudes propias. 	<p>Trabajo colaborativo y Ejercitación</p>	<p>Material deportivo</p>	<p>F</p>	<p>ED</p>	<p>Actividad práctica</p>	<p>Rubrica para trabajo de equipo</p>
Cierre	5. Aplicar, transferir información.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reelabora su rutina de activación física, en el formato proporcionado en el libro de texto, incorporando al menos una de las actividades deportivas convencionales, la presenta al profesor para su orientación y evaluación. 2. Realiza su rutina de activación física todos los días, registrando en la bitácora personal contenida en el libro de texto las actividades realizadas. 	<p>Plan de trabajo Asesoría Evaluación</p> <p>Ejercitación Relatoría</p>	<p>Libro de texto Bitácora</p>	<p>F</p>	<p>ED A</p>	<p>Rutina de activación física</p> <p>Relatoría</p>	<p>Rúbrica para evidencia de desempeño</p> <p>Rúbrica para evidencia de desempeño</p>



6. Tomar conciencia (metacognición).	1. Participa en la evaluación de su rendimiento físico, mostrando su mejor desempeño durante las pruebas aplicadas por su profesor.	Aplicación de pruebas físicas/ Trabajo colaborativo	Pruebas de evaluación física. Libro de texto (Bitácora diario de campo y rutinas de activación física) Cuaderno de trabajo.	S	ED C	Registro de resultados en la bitácora.	Rúbrica para evidencia de desempeño
	2. Redacta una evaluación crítica del cumplimiento al compromiso adquirido a inicio del semestre, presenta tus conclusiones al profesor.	Autoevaluación				Conclusión	Rúbrica para evidencia de desempeño

Competencias genéricas desarrolladas:

- Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- Elige alternativas y cursos de acción con base a criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.
- Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.
- Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.
- Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodea.
- Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva comprendiendo como cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo.
- Ordena información de acuerdo a categorías, jerarquías y relaciones.
- Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento.
- Identifica las actividades que le resultan de menor o mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos y obstáculos.
- Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.
- Asume una actitud constructiva, congruente con los conocimientos y habilidades con los que cuenta dentro de distintos equipos de trabajo.



Evaluación de los aprendizajes

Evaluación de los aprendizajes				
	Aspecto a evaluar	Procedimiento evaluación	Criterios de evaluación	Ponderación
Evaluación diagnóstica	Se evalúan los conocimientos previos al inicio del proceso de enseñanza-aprendizaje (al inicio de cada secuencia didáctica) para identificar fortalezas y debilidades de los estudiantes y replanificar dicho proceso.	Redacción de un texto Construcción de definiciones Análisis de información	Cada técnica y/o instrumento se propone en las secuencias didácticas de acuerdo al tipo de aprendizaje a evaluar.	Ninguna
Evaluación formativa	Deben evaluarse los progresos y debilidades detectados durante el desarrollo del proceso de enseñanza-aprendizaje, para reorientar el mismo y mejorar la formación de los estudiantes. Es una evaluación continua y conforma el portafolio de evidencias	Portafolio de evidencias	Los instrumentos deben ser validados antes de ser aplicados, de tal forma que proporcionen información que realmente evidencien los desempeños logrados. La evaluación debe apegarse a los elementos del Título V del Reglamento Escolar vigente.	Saber (30%) Saber hacer (50%) Saber convivir con los demás y saber ser (20%)
Evaluación sumativa	Los resultados de la evaluación formativa se utilizan para calificar a los estudiantes al terminar una unidad o el curso.	Calificación de los productos de la evaluación continua		
Total				100%



Referencias

Bibliografía básica para el estudiante:

1. Berrone, D. (2005). Manual de Educación Física y deportes Tomo 1 y 2. Buenos Aires: Reymo.
2. Calderón, H. y Guzmán, E. (2011). Libro de texto de educación Física II. México: Universidad Autónoma de Guerrero.
3. Incarbone, O. y Guinguis, H. (2006). Actividades recreativas. Buenos aires: Stadium.

Bibliografía complementaria para el estudiante:

1. Camerino, O. (2007) Juegos deportivos recreativos. Barcelona: INDE.
2. Del pozo, H. (1998). Recreación Escolar. México: Avante Editorial.
3. Enciclopedia Mega de los Deportes. (1996). México: Larousse.
4. Enciclopedia Virtual Físico Deportiva. (2000). México: Acervo Educativo.
5. Educación Físico Deportiva, Bases, Preparación y Acondicionamiento. (2005). México: Equinoccio comunicación.
6. Manual de Educación Física y deportes. (2004). Barcelona: Océano.
7. Morales, M. A. y Guzmán, O. M. (2003). Diccionario de la Educación Física y los Deportes. México: Gil editores.

Mesografía de consulta para el estudiante:

1. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de http://html.rincondelvago.com/acondicionamiento-fisico_4.html
2. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://html.rincondelvago.com/recreacion.html>
3. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://html.rincondelvago.com/organizacion-de-un-campamento.html>
4. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://encina.pntic.mec.es/mroc0005/reglamentos.htm>
5. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://es.wikipedia.org/wiki/Excursi%C3%B3n>
6. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://dof.gob.mx/index.php?year=2003&month=04&day=03>
7. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://tecnicascout.wordpress.com/2009/03/29/organizacin-de-un-campamento>
8. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.codeme.org.mx>
9. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.com.org.mx/>
10. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.conade.gob.mx/af08>
11. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.efdeportes.com/efd60/tact.htm>
12. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de http://www.elperiodicodemexico.com/nota.php?id=313644&fecha=2009-11-12#Scene_1
13. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.guerrero.gob.mx/?P=tema&key=16>
14. Recuperado el 21 de diciembre del 2010 de <http://www.profesorenlinea.cl/Deportes/AcondicionamientoFisico.htm>

Hemerografía de consulta para el estudiante:

1. Secretaría de Educación Pública. (2003, 30 de abril). Activación física y recreación. Diario Oficial. México: Gobierno Federal
2. Romero A. (2009, 11 de diciembre). El deporte, parte importante del bienestar social. El Periódico de México.



Bibliografía sugerida para el profesor:

1. Manual para el entrenador SICCED CONADE. (1999). México: Impresos Fotolitográficos Leo.
2. Programa Nacional de Activación Física, (2006), México: Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte.
3. Ramírez, A. M. y Albarrán O. A. (2009). Guía para evaluar por competencias. México: Trillas.
4. SEP. (2007). Reforma de la Educación Secundaria. Programa de Estudios 2006 Educación Física. México: SEP.
5. Universidad Autónoma de Guerrero. (2010). Plan de Estudios por Competencias de Educación Media Superior. México: UAG.
6. Zapata O. y Aquino, F. (2010). Psicopedagogía de la educación motriz en la juventud. México: Trillas.

Elaboración del programa

Coordinación General:	Marcial Rodríguez Saldaña, Flavio Manrique Godoy, Raúl Javier Carmona, Efraín Mejía Cazapa, Héctor Agustín Trujillo Santana, Elías García Vallejo, Samuel Hernández Calzada, Edilberto Meza Fitz, Noemí Barrueta Hernández.
Coordinación del Programa:	Heidi Aide Calderón Ayala
Elaboración:	Heidi Aide Calderón Ayala Ernesto Guzmán Hernández
Colaboración:	Alejandro Valle Basilio
Diseño y apoyo técnico:	Hugo Enrique Mateos Serrano
Asesoría metodológica:	Sara Griselda Sánchez Mercado



DIRECTORIO

Dr. Ascencio Villegas Arrizón
RECTOR

Dr. Alberto Salgado Rodríguez
SECRETARIO GENERAL

Dr. Demóstenes Lozano Valdovinos
DIRECTOR GENERAL DE INTEGRACION DE LAS FUNCIONES SUSTANTIVAS

MC. José Luís Aparicio López
DIRECTOR DE DOCENCIA

Dr. Gil Arturo Ferrer Vicario
JEFE DEL ÁREA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

MC. Raúl Javier Carmona
COORDINADOR DE LA COMISIÓN GENERAL DE REFORMA UNIVERSITARIA

M. en A. Flavio Manrique Godoy
SECRETARIO TÉCNICO DE LA COMISIÓN GENERAL DE REFORMA UNIVERSITARIA