



Universidad Autónoma del Estado de México

Secretaría de Docencia
Dirección de Estudios de Nivel Medio Superior

PLANEACIÓN DIDÁCTICA GENERAL DE LA ASIGNATURA:

CULTURA Y ACTIVACION FISICA I

ACADEMIA:	Cultura y Activación Física		
SEMESTRE:	Primero	HORAS TEÓRICAS	0
CRÉDITOS	1	HORAS PRÁCTICAS	1
TIPO DE CURSO	Obligatorio	TOTAL DE HORAS:	1
ELABORÓ	Patricia Gutiérrez González Carlos Alberto García Montes de Oca. Rogelio Hernández Valdés Micaela Paula Munguía Ortega Reyes Hernández Valdés Guillermo Primero Sánchez		

PLANTEL:		VALIDACIÓN	VIGENCIA	SEMESTRE 2018-B
Vo.Bo.	NOMBRE, FIRMA Y SELLO DEL SUBDIRECTOR ACADÉMICO	NOMBRE Y FIRMA DEL PRESIDENTE DE H. CONSEJO ACADÉMICO		



PROPÓSITO DE LA ASIGNATURA

Emplea las herramientas teórico - metodológicas en el cuidado de su salud a través de la práctica de actividades físicas y deportivas generando así, una mejor calidad de vida.



CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

MÓDULO I	Capacidad Física y Salud	Sesiones previstas	3
Propósito:	Emplea mecanismos que le permiten obtener un diagnóstico de sus capacidades físicas condicionales		

TEMÁTICA	DOMINIOS DE LOS APRENDIZAJES			PERFIL DE EGRESO	ESTRATEGIAS / TÉCNICAS SUGERIDAS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	COMPETENCIA GENÉRICA	
1. 1 Evaluación Física inicial 1.1.1. Test de capacidad física condicional. (resistencia)	Conoce los diferentes mecanismos, mediante los cuales puede y debe obtener un diagnóstico de capacidades físicas condicionales (resistencia)	Emplea diferentes medios para evaluar su condición física inicial con el fin de determinar las actividades físicas aeróbicas para establecer un plan de mejora permanente	Valora la capacidad física que presenta en este momento para cuidar y mejorar el nivel de condición física, para prever algunas enfermedades.	1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. 1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades. 3. Elige y practica estilos de vida saludables. 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Expositiva • Aprendizaje orientado a proyectos • Trabajo colaborativo • Ficha de estado de salud actual • Diagnóstico de capacidades físicas • Bitácora • Investigación documental • Actividad física
1.2 Conceptos básicos 1.2.1 Cultura física 1.2.2 Educación física 1.2.3 Entrenamiento deportivo 1.2.4 Activación física	Conoce los diferentes conceptos que se relacionan con la cultura física	Diferencia las prácticas deportivas de acuerdo a sus características.	Aprecia la diversidad de actividades para el cuidado de su salud física.		
Desarrollo de proyecto	Fase 1. Indagación referencial <ul style="list-style-type: none"> • Identificar problema o situación relacionada con: Esta se aborda desde los referentes de varias asignaturas simultáneas, de acuerdo a la afinidad con la temática y los desempeños disciplinares, promoviendo que no existan dos proyectos iguales, al enfatizar aspectos o productos distintos.				



• **Búsqueda de información.**

Se centra en la obtención de información utilizando los diversos recursos (libros, periódicos, revistas, Internet, bases de datos, entre otros) para delimitar el alcance del proyecto y la intervención de las asignaturas, así como el producto a realizar.

COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 1. Se conoce y valora así mismo y aborda problemas y retos tomando en consideración los objetivos que persigue.
- 1.1 Enfrenta sus dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

TEMA:

1.1. Evaluación física inicial.

SESIONES PREVISTAS:

1

PROPÓSITO:

Comprende los contenidos temáticos, mecanismos de evaluación y el proyecto integrador sobre cultura física.

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
1.1.1. Test de capacidad física condicional (resistencia).	Presentación de asignatura y encuadre: Contenidos temáticos, proyecto integrador y mecanismos de evaluación contenidos.					
	Presentación del Proyecto: <i>Introduce el desarrollo del proyecto integrador: Campaña de salud adolescente a través de la elaboración de un cartel</i>					
	<i>Introduce el desarrollo de proyecto integrador, con el cual se desarrolla la Práctica de la actividad física de manera sistemática para prevenir situaciones de riesgo en su salud. (OE conforma equipos).</i>					
	Fase 1. Indagación referencial.					





Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual <i>Para lo cual solicita actividades para Identificar su estado de salud actual: certificado médico, ropa deportiva, ficha médica, cuestionario de estilo de vida y cuestionario inicial de estado de salud, foto de cuerpo entero con ropa deportiva. Se entrega al finalizar el módulo.</i>					
Se presenta el reglamento y las bases de trabajo.					
	<i>Elabora por escrito el compromiso personal.</i>	Compromiso personal.	X		
Conduce la aplicación del test de capacidad física condicional: (resistencia) entrega formato de diagnóstico de la capacidad física.					
	Ejecuta de manera individual la aplicación de test de capacidad física condicional: (resistencia) entrega formato de diagnóstico de la capacidad física.				
Concentración de resultados de evaluaciones de los alumnos.					

RECURSOS:	Formato de diagnóstico, conos, platos, silbato, tabla restiradora, computadora, programas de computación.
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Software que mida el volumen, la intensidad de la capacidad física, gasto calórico, redes sociales, blogs.
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Instalaciones deportivas.

RECURSOS:	Materiales humanos y financieros
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Red sociales, Bases de datos electrónicas, Videos y Webquestt
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.



COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
- 1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- 3 Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

TEMA:	SESIONES PREVISTAS:
1.2 Evaluación Física inicial	1
PROPÓSITO:	
Conoce su estado físico actual para estructurar su plan de actividad física.	

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
1.2 Evaluación física inicial: Test de capacidad física condicional. (Resistencia).	Conduce la aplicación de test de capacidad física condicional: (resistencia)					
		Inicia de manera individual la ejecución del test de capacidad física (resistencia)	Formato de diagnóstico inicial.	X	X	
	Concentración de resultados de evaluación de los alumnos, Solicita la realización de un <i>Bitácora de actividades físicas y deportivas realizadas.</i>					
		Realiza actividad física deportiva extra clase (3 sesiones de 50 minutos) para integrar la bitácora de actividad física deportiva.	Bitácora de actividades físicas y deportivas			

RECURSOS:	Materiales, humanos y financieros
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Red sociales, Bases de datos electrónicas, Videos y Webquestt
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.



COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 1. Se conoce y valora así mismo y aborda problemas y retos tomando en consideración los objetivos que persigue.
- 1.1 Enfrenta sus dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.
- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

TEMA:

1.2 Conceptos básicos.

SESIONES PREVISTAS:

1

PROPÓSITO:

Conoce y diferencia los múltiples conceptos relacionados a la cultura y actividad física.

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
1.2.1 Cultura física. 1.2.2 Educación física. 1.2.3 Entrenamiento deportivo. 1.2.4 Activación física.	A través de lluvia de ideas se aborda la importancia de cada una de estas actividades.					
		En equipos elaboran una definición propia de cada concepto.	Listado de conceptos.	X		
	Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual <i>Se solicita la entrega de los resultados de la evaluación física solicitados para el proyecto Integrador.</i>					
	Trabajo colaborativo. <i>Entregar formato que contenga: somatometría con los resultados de su primera evaluación de la capacidad física, circunferencia de cintura, cadera, brazo y muslo y determinar el peso total de los integrantes del equipo.</i>					
	Avance de la elaboración del proyecto	Avance de la elaboración del	X	X		





	<p>Trabajo individual. Entrega los resultados de la evaluación física solicitados para el proyecto integrador. Entrega de formato de dx. Con los resultados del test de capacidad física: Certificado médico, ficha médica, determinar su peso corporal.</p>	<p>proyecto Trabajo individual Resultados de la evaluación física.</p>			
	<p>Trabajo colaborativo. Entregar formato que contenga: somatometría con los resultados de su primera evaluación de la capacidad física, circunferencia de cintura, cadera, brazo y muslo y determinar el peso total de los integrantes del equipo.</p>	<p>Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo. somatometría con los resultados de su primera evaluación de la capacidad física</p>	X	X	
	Dirige práctica deportiva				
	Realiza actividades deportivas	Práctica deportiva	X	X	
	Realiza un cierre después de haber discutido las diferentes posturas de conceptos relacionados a la actividad deportiva.				

RECURSOS:	Materiales, humanos y financieros.
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Redes sociales, bases de datos electrónicas, videos y webquest.
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.

PROCESO DE EVALUACIÓN

PRODUCTOS PORTAFOLIO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN			QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
		DX	F	S	H	C	A	
Formato de diagnóstico inicial	1.1.3.1	X			X			Lista de cotejo
Compromiso personal	1.1, 3.1			X	X			Guía de observación





Bitácora de actividades físicas y deportivas	1.1, 3.1		X		X			Lista de cotejo
Listado de conceptos	1.1, 3.1		X			X		Lista de cotejo
Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual <i>Entrega los resultados de la evaluación física.</i> <i>Resultados de la evaluación física.</i>	1.1, 3.1			X	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Entregar formato que contenga: somatometría, resultados de su primera evaluación de la capacidad física, circunferencias de cintura, cadera, brazo y muslo y determinar el peso total de los integrantes del equipo.</i>	1.1, 3.1			X	X			Lista de cotejo

AVANCES EN LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	%	% DE EVALUACIÓN SUMATIVA	QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
				H	C	A	
Portafolio de evidencias:							
Entrega de formato dx.	1.1, 3.1	1	1	X			Lista de cotejo
Compromiso personal	1.1, 3.1	1	1	X			Lista de cotejo
Listado de conceptos	1.1, 3.1	1	1	X			Lista de cotejo
Práctica deportiva	1.1, 3.1	2	2	X			Lista de cotejo
Proyecto							
De manera individual. <i>Entrega los resultados de la evaluación física solicitados para el proyecto integrador.</i> <i>Entrega de formato de dx. Con los resultados del test de capacidad física: Certificado médico, ficha médica, determinar su peso corporal.</i>	1.1, 3.1	10	10	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Entregar formato que contenga: somatometría, resultados de su primera evaluación de la capacidad física, circunferencias de cintura, cadera, brazo y muslo y determinar el peso total de los integrantes del equipo.</i>	1.1, 3.1	10	10	X			Lista de cotejo
Total		25	25				



CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

MÓDULO II	Higiene de la actividad física y deportiva	Sesiones previstas	2
Propósito:	Identifica la importancia de la higiene en la práctica de actividad física y deportiva.		

TEMÁTICA	DOMINIOS DE LOS APRENDIZAJES			PERFIL DE EGRESO	ESTRATEGIAS / TÉCNICAS SUGERIDAS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	COMPETENCIA GENÉRICA	
2.1 Higiene de la actividad física	Identifica la importancia de practicar la higiene en la activación física y deportiva.	Emplea los principios de higiene en sus actividades cotidianas	Valora las consecuencias negativas y positivas que implica el considerar la higiene.	3. Elige y practica estilos de vida saludables. 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social. 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo. 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean. 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida. 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Expositiva • Aprendizaje orientado a proyectos • Trabajo colaborativo • Mapa conceptual • Actividad física • Bitácora
2.2 Higiene corporal	Conoce los elementos que determinan la higiene, del descanso, de la alimentación correcta, hidratación adecuada y los hábitos, baño diario, lavado dental, no fumar y no beber alcohol.	Utiliza los procedimientos para una adecuada higiene al realizar su práctica de actividad física y deportiva.	Modifica sus hábitos de higiene para mantener un estilo de vida saludable, aseo, limpieza, orden, para ser menos propenso a enfermedades.		



2.3 Higiene de la indumentaria deportiva	Distingue los requerimientos de su indumentaria deportiva.	Emplea los materiales adecuados a su práctica de actividad y deporte, incluyendo la infraestructura deportiva	Valora el uso permanente de los implementos, para una práctica correcta eficiente y segura.	entre ellos y su vida cotidiana	
Desarrollo de proyecto	<p>Fase 2. Organización y planeación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planificación. Consiste en la organización del trabajo colegiado, donde se estipulan tiempos, actividades, medios, recursos a utilizar y desempeños disciplinares esperados en función a las competencias. • Diseño. Se realiza el diseño documental, de campo o experimental de acuerdo a la naturaleza del proyecto y la intervención de cada asignatura. 				

COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
- 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
- 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

TEMA:

2.1 Higiene corporal e higiene de la actividad física.

SESIONES PREVISTAS:

1

PROPÓSITO:

Identifica la importancia de la higiene corporal e higiene de la actividad física.

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
Preguntas detonadoras						



2.1 Higiene de la actividad física 2.2 Higiene corporal	<ul style="list-style-type: none"> ¿Qué es la higiene? ¿Cuál es la importancia de la higiene en la actividad física? 				
		Responde las preguntas por escrito y presenta las respuestas en plenaria.	Cuestionario resuelto.	X	
	Explica cada concepto y destaca la importancia de la práctica de la higiene corporal y de la higiene en la actividad física.				
		Establece acciones para tener una higiene corporal adecuada en la práctica de actividades físicas.			
	Dirige práctica deportiva				
		Realiza actividades deportivas considerando la higiene corporal	Práctica deportiva	X	X

RECURSOS: Materiales, humanos y financieros.

AMBIENTES/ESCENARIOS: Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.

COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
- 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
- 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

TEMA: 2.3 Higiene de la indumentaria deportiva. **SESIONES PREVISTAS:** 1

PROPÓSITO:

Analiza la importancia de la higiene en la infraestructura e implementos deportivos.





SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
2.3 Higiene de la indumentaria deportiva.	Genera una lluvia de ideas donde determinen la importancia de la higiene de la infraestructura e implementos deportivos. ¿Qué tipo de indumentaria debo usar para realizar actividades físicas?					
		Participa de manera activa en la lluvia de ideas aportando puntos de vista.				
	Explica las medidas de Higiene de la Infraestructura deportiva e Implementos deportivos. Solicita reporte escrito					
		Redacta los diferentes factores que influyen en la higiene de la infraestructura e implementos deportivos y realiza reporte escrito considerando la higiene de la actividad física, corporal y de la indumentaria.	Reporte escrito de higiene de la actividad física y deportiva.		X	X
	Dirige práctica deportiva					
		Realiza actividades deportivas considerando la higiene corporal	Práctica deportiva	X	X	
	Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual. <i>Mapa mental digital. Cada integrante ilustra la higiene personal que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva. Valor.10</i>					
Trabajo colaborativo. <i>Elaboran un tríptico digital sobre la higiene que debe tener el alumno, en función de los implementos e infraestructura deportiva de las actividades físico-deportivas que practican los integrantes del equipo.</i>						



		Trabajo individual. Mapa mental digital. Cada integrante ilustra la higiene personal que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva.	Trabajo individual. Mapa mental digital. Cada integrante ilustra la higiene personal que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva.	X	X	X
		Trabajo colaborativo. Elaboran un tríptico digital sobre la higiene que debe tener el alumno, en función de los implementos e infraestructura deportiva de las actividades físico-deportivas que practican los integrantes del equipo.	Trabajo colaborativo. Elaboran un tríptico digital sobre la higiene que debe tener el alumno, en función de los implementos e infraestructura deportiva de las actividades físico-deportivas que practican los integrantes del equipo.	X	X	X

RECURSOS:	Materiales, humanos y financieros.
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Presentación electrónica, procesador textos, diseño de página.
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.

PRODUCTOS PORTAFOLIO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN			QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
		DX	F	S	H	C	A	
Cuestionario diagnóstico.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3.	X					X	Guía de observación
Práctica deportiva	3.1, 3.2, 3.3, 7.3.		X			X		Lista de cotejo
<i>Trabajo individual</i> Mapa mental. Cada integrante ilustra la higiene que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3.			X	X			Lista de cotejo
<i>Trabajo colaborativo:</i> Elaboran un tríptico de la higiene que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva consideradas por los integrantes del equipo.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3.			X	X			Lista de cotejo



AVANCES EN LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	%	% DE EVALUACIÓN SUMATIVA	QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
				H	C	A	
Portafolio de evidencias:5							
Práctica deportiva	3.1, 3.2, 3.3, 7.3	5	5	X			Lista de cotejo
Proyecto							
Trabajo individual. <i>Mapa mental digital. Cada integrante ilustra la higiene personal que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva. Valor.10</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3	10	10	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Elaboran un tríptico digital sobre la higiene que debe tener el alumno, en función de los implementos e infraestructura deportiva de las actividades físico-deportivas que practican los integrantes del equipo. Valor 10</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3	10	10	X			Lista de cotejo
		25	25				

EVALUACIÓN DE:	PORCENTAJE
PROYECTO	40%
PORTAFOLIO	10%
Total	50%



CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

MÓDULO III	Atletismo. Actividades lúdicas para el aprendizaje de las diferentes pruebas de pista.	Sesiones previstas	3
Propósito:	Implementa estrategias para la práctica de las diferentes pruebas de pista en atletismo		

TEMÁTICA	DOMINIOS DE LOS APRENDIZAJES			PERFIL DE EGRESO	ESTRATEGIAS / TÉCNICAS SUGERIDAS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	COMPETENCIA GENÉRICA	
3. 1 Atletismo 3. 1.1 pruebas de pista.	Distingue las diferentes pruebas atléticas de pista (velocidad, medio fondo y fondo)	Emplea los fundamentos técnicos de las pruebas de velocidad, medio fondo y fondo.	Valora el uso de los fundamentos técnicos a través de la práctica adecuada de las diferentes pruebas de pista.	3. Elige y practica estilos de vida saludables. 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social. 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo. 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean. 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida. 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana. 8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos. 8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Expositiva • Aprendizaje orientado a proyectos • Trabajo colaborativo • Práctica deportiva • Lectura dirigida • Mapa conceptual • Bitácora



Desarrollo de proyecto	<p>Fase3. Integración de información y elaboración del producto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización del proyecto. Se lleva a cabo la implementación de lo establecido en el diseño y de acuerdo a los criterios de logro establecidos. • Entrega de producto. Se integran los subproductos de las asignaturas para integrar el proyecto integrador.
-------------------------------	---

COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
- 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
- 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
- 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
- 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
- 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.
- 8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.
- 8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.

TEMA:	SESIONES PREVISTAS:
3. 1 Atletismo.	3
PROPÓSITO:	
Implementa estrategias para la práctica de las diferentes pruebas de pista en atletismo.	

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
3. 1.1 pruebas de pista.	Preguntas detonadoras: ¿Qué es el atletismo? ¿Qué pruebas conocen de pista? ¿De pruebas que conoces describe en qué consisten?					
		Responde las preguntas de manera activa.	Respuesta a preguntas detonadoras.	X		
	Explica que el concepto de atletismo, las pruebas de pista y campo. Enfatiza las la					





	pruebas de pista: Velocidad, medio fondo y fondo.				
	Dirige la práctica deportiva con los fundamentos técnicos de las pruebas pista de velocidad, medio fondo y fondo.				
	De manera individual realizan las prácticas deportivas de atletismo aplicando los fundamentos técnicos de las pruebas pista de velocidad, medio fondo y fondo. Solicita fotos de su actividad.	Práctica deportiva de atletismo de pista.		X	X
	<p>Fase 3. Integración de información y elaboración del producto Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual Elabora un álbum fotográfico digital de la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista) 4 imágenes por prueba atlética.</p> <p>Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo. Cada alumno aporta 2 evidencias fotográficas por prueba de pista y elabora su álbum fotográfico digital.</p>				
	<p>Fase 3. Integración de información y elaboración del producto Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual. Elabora un álbum fotográfico digital de la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista) 4 imágenes por prueba atlética.</p>	<p>Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual. Álbum fotográfico digital de la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista) 4 imágenes por prueba atlética.</p>	X	X	X
	<p>Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo.</p>	<p>Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo.</p>	X	X	X



		<i>Cada integrante del equipo, aporta 2 evidencias fotográficas por prueba de pista para elaborar el álbum fotográfico digital.</i>	Álbum fotográfico digital.			
RECURSOS:	Materiales, humanos y financieros					
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Redes sociales, bases de datos electrónicas, videos y webquest.					
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.					

PRODUCTOS PORTAFOLIO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN			QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
		DX	F	S	H	C	A	
Cuestionario de diagnóstico	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	X					X	Guía de observación
Práctica deportiva de atletismo.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2		X		X			Lista de cotejo
Trabajo individual. <i>Álbum fotográfico digital personal de la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista). 4 imágenes por prueba atlética.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2			X	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo <i>Cada integrante del equipo, aporta 2 evidencias fotográficas por prueba de pista para elaborar el álbum fotográfico digital.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2			X	X			Lista de cotejo



AVANCES EN LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	%	% DE EVALUACIÓN SUMATIVA	QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
				H	C	A	
Portafolio de evidencias: 5							
Práctica deportiva de atletismo.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	5	5	X			Lista de cotejo
Proyecto							
Trabajo individual. <i>Elabora un álbum fotográfico digital de la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista) 4 imágenes por prueba atlética.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	10	10	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Cada integrante del equipo, aporta 2 evidencias fotográficas por prueba de pista para elaborar el álbum fotográfico digital.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	10	10	X			Lista de cotejo
		25	25				



CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS

MÓDULO IV	Atletismo. Actividades lúdicas para el aprendizaje de las diferentes pruebas de campo.	Sesiones previstas	4
Propósito:	Implementa estrategias para la práctica de las diferentes pruebas de campo en atletismo		

TEMÁTICA	DOMINIOS DE LOS APRENDIZAJES			PERFIL DE EGRESO	ESTRATEGIAS / TÉCNICAS SUGERIDAS
	CONCEPTUAL	PROCEDIMENTAL	ACTITUDINAL	COMPETENCIA GENÉRICA	
4.1 Atletismo. 4.1.1 Pruebas de campo	Distingue las diferentes pruebas atléticas de campo: Saltos y lanzamientos	Emplea los fundamentos técnicos de las pruebas de campo, Saltos y lanzamientos	Valora el uso de los fundamentos técnicos a través de la práctica adecuada de las diferentes pruebas de campo.	3. Elige y practica estilos de vida saludables. 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social. 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo. 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean. 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida. 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana. 8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos. 8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.	<ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario • Expositiva • Aprendizaje orientado a proyectos • Trabajo colaborativo • Exposición de casos • Práctica deportiva • Bitácora • Cartel • Tríptico
Desarrollo	Fase 4. Entrega y Evaluación				



de proyecto	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación. Formativa: Constante evaluación durante su desarrollo y elaboración. Sumativa: como proceso y producto terminado, de acuerdo a los criterios de cada disciplina determinando el nivel de logro de la competencia. • Difusión del resultado. Compartir el producto obtenido con la comunidad escolar.
--------------------	---

COMPETENCIAS GENÉRICAS Y ATRIBUTOS:

- 3. Elige y practica estilos de vida saludables.
 - 3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
 - 3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.
 - 3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.
- 7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
 - 7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.
- 8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.
 - 8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.

TEMA:	SESIONES PREVISTAS:
4.1 Atletismo.	4
PROPÓSITO:	
Implementa estrategias para la práctica de las diferentes pruebas de campo en atletismo	

SUBTEMA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE		PRODUCTOS	ÉNFASIS DEL PRODUCTO		
	CONDUCIDAS POR EL DOCENTE	REALIZADAS POR LOS ESTUDIANTES		C	P	A
4.1.1 Pruebas de campo.	Realiza preguntas detonadoras de pruebas de campo					
		Responde por escrito las preguntas	Evaluación diagnóstica	X		
	Explica los fundamentos técnicos de las pruebas de campo: saltos y lanzamientos.					
	Dirige la práctica deportiva con los fundamentos técnicos de las pruebas de					



campo: saltos y lanzamientos.					
	De manera individual realizan las prácticas deportivas de atletismo aplicando los fundamentos técnicos de pruebas de campo: Saltos y lanzamientos. Fotos de su actividad.	Práctica deportiva de atletismo prueba de campo.		X	X
	Valora la importancia del tipo de ejercicio y actividades lúdicas que deberá realizar en la propuesta del plan de acondicionamiento físico.				
Fase 4. Entrega y evaluación. Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual Elabora Cuadro comparativo de su dx inicial con sus resultados finales del semestre, IMC y peso.					
Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para mejorar el desarrollo de la capacidad física Se integra en el cartel.					
	Fase 4. Entrega y evaluación. Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual Elabora Cuadro comparativo de su dx inicial con sus resultados finales del semestre, IMC y peso.	Fase 4. Entrega y evaluación. Avance de la elaboración del proyecto Trabajo individual Cuadro comparativo	X	X	X
	Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo. Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para optimizar el desarrollo de la capacidad física, Se integra en el cartel	Avance de la elaboración del proyecto Trabajo colaborativo. Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para optimizar el desarrollo de la capacidad física	X	X	X



		<i>Se integra en el cartel.</i>			
	<p>Entrega del proyecto integrador Trabajo colaborativo:</p> <p>Realizan por equipos un Cartel considerando los insumos del reporte de investigación de todas las asignaturas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relevancia en temas investigados • Presenta relación con los contenidos de las asignaturas • Apropiado para destinatarios (público meta) • Con propuestas argumentadas • Alternativas de solución (plan de acción) • Atractivo • Creativo • Impreso: medidas de 1.50`por 90 cm • Uso de gramática sin errores • Evidencia de trabajo colaborativo <p>Se realiza presentación del cartel y exposición oral.</p>	Cartel de la campaña.	X	X	X

RECURSOS:	Materiales, humanos y financieros.
HERRAMIENTA TECNOLÓGICA	Redes sociales, bases de datos electrónicas, videos y webquest.
AMBIENTES/ESCENARIOS:	Espacios deportivos al aire libre, aulas de clase.



PRODUCTOS PORTAFOLIO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN			QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
		DX	F	S	H	C	A	
Evaluación diagnóstica	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	X					X	Guía de observación
Cartel digital de la campaña.	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2		X			X		Lista de cotejo
Trabajo individual <i>Elabora Cuadro comparativo de su dx inicial con sus resultados finales del semestre, IMC y peso.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2			X	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para mejorar el desarrollo de la capacidad física Se integra en el cartel.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2			X	X			Lista de cotejo

AVANCES EN LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO	ATRIBUTOS DE LAS COMPETENCIAS GENÉRICAS	%	% DE EVALUACIÓN SUMATIVA	QUIÉN EVALÚA			MEDIOS PARA LA EVALUACIÓN
				H	C	A	
Portafolio de evidencias:.5							
Práctica deportiva	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	5	5	X			Lista de cotejo
Proyecto							
Trabajo individual. <i>Elabora Cuadro comparativo de su dx inicial con sus resultados finales del semestre, IMC y peso.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	10	10	X			Lista de cotejo
Trabajo colaborativo. <i>Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas condicionales, Se integra en el cartel.</i>	3.1, 3.2, 3.3, 7.3, 8.2	10	10	X			Lista de cotejo
		25	25				



EVALUACIÓN DE:	PORCENTAJE
PROYECTO	40%
PORTAFOLIO	10%
Total	50%

EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

EVALUACIÓN DE:	PORCENTAJE
PROYECTO: Desarrolla la promoción de la campaña ante un grupo de personas (10) acerca del tema de la higiene en la actividad física. (conferencia)	100%
Total	100%

EVALUACIÓN A TÍTULO DE SUFICIENCIA

EVALUACIÓN DE:	PORCENTAJE
PROYECTO: Desarrolla la promoción de la campaña mediante la difusión su tríptico acerca del tema de la higiene en la actividad física. (Presentación en video de la entrega de 50 trípticos)	100%
Total	100%



ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES EN EXAMEN EXTRAORDINARIO:

Asesoramiento continuo para la elaboración de los desempeños adicionales.

Asesorías disciplinares permanentes

Uso de herramientas tecnológicas para apoyar el desarrollo de las mejoras

ACTIVIDADES DE APOYO PARA ESTUDIANTES EN EXAMEN A TÍTULO DE SUFICIENCIA:

Asesoramiento continuo para la elaboración de los desempeños adicionales.

Asesorías disciplinares permanentes

Uso de herramientas tecnológicas para apoyar el desarrollo de las mejoras



FUENTES

BÁSICA
<ul style="list-style-type: none">Pacheco Ríos, R. (2009). Teoría del entrenamiento deportivo. Ed. Trillas: México ISBN 9786071700803.
COMPLEMENTARIA
<ul style="list-style-type: none">Dietrich Martin, Klaus Carl, Klaus Lehnertz; traducción, Ramón Polledo (c2007) Manual de metodología del entrenamientodeportivo. Ed. Paidotribo: Barcelona.
MESOGRAFIA
<ul style="list-style-type: none">Uso de bases de datos disponibles para la asignatura en: http://bibliotecadigital.uaemex.mx/contador/basesdedatos1.php Por ejemplo: BiblioMedia, Redalyc, entre otros.
BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA PARA EL DOCENTE
<ul style="list-style-type: none">Cortes, Daniel y Llimona Alex. ISBN 84-949-2270-1 Manual de Educación Física y Deporte. Editorial Océano: España.Gutiérrez Ibarra. Raúl Ramírez Barajas Mario. (1991). Planificación y Periodización del Entrenamiento Deportivo. ISBN N/A. Editorial ciencia y cultura deportiva México.Flores Samayoa, Marco Antonio. (1990). Manual de medicina deportiva. México DF: Quinto sol.



ANEXOS

PROCESO DE PLANEACIÓN DIDÁCTICA DEL PROYECTO INTEGRADOR DE 5º. SEMESTRE. CBU 2015
CULTURA Y ACTIVACIÓN FÍSICA I

Eje: Consumo responsable, sustentabilidad y ambiente. Cultura Emprendedora y elección de carrera

Proyecto: Campaña de salud adolescente, convivencia y prevención de violencia.		
Producto: Cartel		
Fase 1. Indagación referencial.		
Competencia Genérica.		
1. Se conoce y valora así mismo y aborda problemas y retos tomando en consideración los objetivos que persigue.		
1.1 Enfrenta sus dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.		
3. Elige y practica estilos de vida saludables.		
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.		
MODULO I Capacidades físicas y salud.	1. 1 Evaluación física inicial. 1.1.1. Test de capacidades físicas condicionales (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad).	Trabajo individual. <i>Entrega de formato de dx. Con los resultados del test de capacidad física: Certificado médico, ficha médica y peso corporal. Valor.10</i>
	1.2 Conceptos básicos. 1.2.1 Cultura física. 1.2.2 Educación física. 1.2.3 Entrenamiento deportivo. 1.2.4 Activación física.	Trabajo colaborativo. <i>Entregar formato que contenga: somatometría con los resultados de su primera evaluación de la capacidad física, circunferencias de cintura, cadera, brazo y muslo y determinar el peso total de los integrantes del equipo. Valor 10</i>
Fase 2. Organización y planeación.		
Competencia Genérica		
3. Elige y practica estilos de vida saludables.		
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.		
3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.		
3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.		
7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.		
7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.		



<p>MODULO II</p> <p>Higiene de la actividad física y deportiva.</p>	<p>2.1. Higiene de la actividad física. 2.2. Higiene corporal. 2.3 Higiene de la indumentaria deportiva</p>	<p>Trabajo individual. <i>Mapa mental digital. Cada integrante ilustra la higiene personal que debe tener en función de la indumentaria e infraestructura deportiva. Valor.10</i></p> <p>Trabajo colaborativo. <i>Elaboran un tríptico digital sobre la higiene que debe tener el alumno, en función de los implementos e infraestructura deportiva de las actividades físico-deportivas que practican los integrantes del equipo. Valor 10</i></p>
<p>Fase 3. Integración de información y elaboración del producto.</p>		
<p>Competencia Genérica</p> <p>3 Elige y practica estilos de vida saludables.</p> <p>3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.</p> <p>3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.</p> <p>3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.</p> <p>7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.</p> <p>7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.</p> <p>8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.</p> <p>8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.</p>		
<p>MODULO III</p> <p>Atletismo. Actividades lúdicas para el aprendizaje de las diferentes pruebas atléticas de pista.</p>	<p>3.1 Atletismo 3.1.1 pruebas de pista</p>	<p>Trabajo individual. <i>Elabora un álbum fotográfico digital. De la realización de las diferentes pruebas de atletismo (pista) 4 imágenes por prueba atlética. Valor 10.</i></p> <p>Trabajo colaborativo. <i>Cada integrante del equipo, aporta 2 evidencias fotográficas por prueba de pista para elaborar el álbum fotográfico digital. Valor 10.</i></p>
<p>Fase 4. Entrega y evaluación.</p>		
<p>Competencia Genérica</p> <p>3 Elige y practica estilos de vida saludables.</p> <p>3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.</p> <p>3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.</p> <p>3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.</p> <p>7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.</p> <p>7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.</p> <p>8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.</p>		





8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.

<p>MODULO IV</p> <p>Atletismo. Actividades lúdicas para el aprendizaje de las diferentes pruebas atléticas de campo.</p>	<p>4.1 Atletismo. 4.1.1 Pruebas de campo.</p>	<p><i>Para el cartel elaboran:</i></p> <p>Trabajo individual <i>Elabora Cuadro comparativo de su dx inicial contra sus resultados finales del semestre, IMC y peso. Valor 10</i></p> <p>Trabajo colaborativo. <i>Elabora Gráfica de barras con el porcentaje de mejoría de su condición física general y propuesta para mejorar el desarrollo de las capacidades físicas condicionales, Se integra en el cartel. Valor 10</i></p> <p>Se presenta Cartel considerando los insumos del reporte de investigación de todas las asignaturas: exposición oral</p>
---	---	--



RÚBRICA DE COMPETENCIAS GENÉRICAS

Nivel de logro 1: Inicial. Implica la adquisición y demostración de los desempeños más simples que servirán de base a los más elaborados. El alumno tiene poco margen de autonomía y la supervisión del profesor es estrecha. Desde el punto de vista afectivo, el alumno se encuentra primordialmente centrado en sí mismo; interesado en cubrir sus necesidades y en conocerse más que en conocer y satisfacer las de otros. Cognoscitivamente, implica tanto la experiencia y captación de la realidad concreta, como su conceptualización abstracta en términos de principios, fórmulas, teorías y leyes. El conocimiento se refiere aquí a la retención de datos específicos y de conceptos universales; la comprensión, a la habilidad para reconstruir los datos y ofrecer interpretaciones donde se relacionan los diversos elementos implicados.

MÓDULO I

	INSATISFACTORIO	BÁSICO	COMPETENTE	DESTACADO
1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.	No es capaz de describir sus fortalezas, valores y debilidades personales.	Describe de manera limitada sus fortalezas, valores y debilidades personales.	Explica la manera en la que emplea sus fortalezas para resolver los problemas que enfrenta.	Enuncia ejemplos en los que sus valores y fortalezas le han ayudado a resolver problemas cotidianos.
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	No reconoce la importancia del cuidado de la salud.	Describe algunos principios básicos de la actividad física, el deporte para la prevención y el cuidado de la salud.	Explica la importancia de la actividad física, el deporte y la prevención para el cuidado de la salud	Argumenta de manera fundamentada la importancia de la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.	No identifica la importancia de las relaciones interpersonales para el adecuado desarrollo de las personas.	Describe de manera limitada la importancia de las relaciones interpersonales para el desarrollo de las personas.	Discrimina entre las relaciones interpersonales que favorecen su sano desarrollo humano de las que no.	Explica la importancia de las relaciones interpersonales e impacto en la vida de las personas.



MÓDULO II

	INSATISFACTORIO	BÁSICO	COMPETENTE	DESTACADO
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	No reconoce la importancia del cuidado de la salud.	Describe algunos principios básicos de la actividad física, el deporte para la prevención y el cuidado de la salud.	Explica la importancia de la actividad física, el deporte y la prevención para el cuidado de la salud	Argumenta de manera fundamentada la importancia de la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.	No identifica las conductas de consumo que ponen en riesgo su salud.	Describe sus hábitos de consumo, pero no identifica con claridad cuales representan riesgos para su salud.	Describe sus hábitos de consumo e identifica algunas conductas de riesgo para su salud.	Explica las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo y toma decisiones a para su prevención.
3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.	No identifica la importancia de las relaciones interpersonales para el adecuado desarrollo de las personas.	Describe de manera limitada la importancia de las relaciones interpersonales para el desarrollo de las personas.	Discrimina entre las relaciones interpersonales que favorecen su sano desarrollo humano de las que no.	Explica la importancia de las relaciones interpersonales e impacto en la vida de las personas.
7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.	No relaciona los contenidos de las asignaturas del semestre con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas pero no los vincula con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas con las la vida cotidiana con apoyo del docente.	Establece relaciones entre los contenidos de las asignaturas y con las la vida cotidiana.



MÓDULO III

	INSATISFACTORIO	BÁSICO	COMPETENTE	DESTACADO
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	No reconoce la importancia del cuidado de la salud.	Describe algunos principios básicos de la actividad física, el deporte para la prevención y el cuidado de la salud.	Explica la importancia de la actividad física, el deporte y la prevención para el cuidado de la salud	Argumenta de manera fundamentada la importancia de la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.	No identifica las conductas de consumo que ponen en riesgo su salud.	Describe sus hábitos de consumo, pero no identifica con claridad cuales representan riesgos para su salud.	Describe sus hábitos de consumo e identifica algunas conductas de riesgo para su salud.	Explica las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo y toma decisiones a para su prevención.
3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.	No identifica la importancia de las relaciones interpersonales para el adecuado desarrollo de las personas.	Describe de manera limitada la importancia de las relaciones interpersonales para el desarrollo de las personas.	Discrimina entre las relaciones interpersonales que favorecen su sano desarrollo humano de las que no.	Explica la importancia de las relaciones interpersonales e impacto en la vida de las personas.
7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.	No relaciona los contenidos de las asignaturas del semestre con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas pero no los vincula con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas con las la vida cotidiana con apoyo del docente.	Establece relaciones entre los contenidos de las asignaturas y con las la vida cotidiana.
8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.	No aporta puntos de vista en los equipos de trabajo en los que participa.	Escucha los puntos de vista de los demás de manera respetuosa pero no aporta sus puntos de vista.	Aporta algunos puntos de vista en los equipos de trabajo.	Participa en equipos de trabajo, haciendo aportaciones y escuchando las aportaciones de los demás.



MÓDULO IV

	INSATISFACTORIO	BÁSICO	COMPETENTE	DESTACADO
3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.	No reconoce la importancia del cuidado de la salud.	Describe algunos principios básicos de la actividad física, el deporte para la prevención y el cuidado de la salud.	Explica la importancia de la actividad física, el deporte y la prevención para el cuidado de la salud	Argumenta de manera fundamentada la importancia de la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.
3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.	No identifica las conductas de consumo que ponen en riesgo su salud.	Describe sus hábitos de consumo, pero no identifica con claridad cuales representan riesgos para su salud.	Describe sus hábitos de consumo e identifica algunas conductas de riesgo para su salud.	Explica las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo y toma decisiones a para su prevención.
3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.	No identifica la importancia de las relaciones interpersonales para el adecuado desarrollo de las personas.	Describe de manera limitada la importancia de las relaciones interpersonales para el desarrollo de las personas.	Discrimina entre las relaciones interpersonales que favorecen su sano desarrollo humano de las que no.	Explica la importancia de las relaciones interpersonales e impacto en la vida de las personas.
7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.	No relaciona los contenidos de las asignaturas del semestre con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas pero no los vincula con la vida cotidiana.	Relaciona los contenidos de las asignaturas con las la vida cotidiana con apoyo del docente.	Establece relaciones entre los contenidos de las asignaturas y con las la vida cotidiana.
8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.	No aporta puntos de vista en los equipos de trabajo en los que participa.	Escucha los puntos de vista de los demás de manera respetuosa pero no aporta sus puntos de vista.	Aporta algunos puntos de vista en los equipos de trabajo...	Participa en equipos de trabajo, haciendo aportaciones y escuchando las aportaciones de los demás.