



Instrumento de Evaluación de Conocimientos Específicos y Pedagógicos 2023

## **EDUCACIÓN FÍSICA**

### **Educación Básica**

#### **DOMINIO 1: APTITUD FÍSICA, SALUD Y BIENESTAR HUMANO**

##### **1.1. Desarrollo Motor**

- Distinguir elementos centrales de las principales teorías del aprendizaje y desarrollo motor (Le Boulch, Gallahue, Newel, Sánchez Bañuelos, Parlebas, Fitts y Posner).
- Reconocer los hitos más relevantes en la evolución del desarrollo motor durante la etapa escolar (fases sensibles).
- Explicar la evolución de las habilidades motrices durante la etapa escolar.

##### **1.2. Conocimiento general de los sistemas involucrados en el ejercicio**

- Identificar la estructura y funciones centrales de los sistemas cardiorrespiratorio, óseoarticular, muscular y nervioso.
- Identificar músculos o grupos musculares, estructuras óseas y articulaciones, involucrados en la realización de un determinado ejercicio o movimiento.
- Reconocer el impacto de la mecánica de la respiración en la práctica de la actividad física.
- Relacionar los sistemas aeróbico y anaeróbico con los procesos energéticos asociados en la actividad física.
- Determinar las fuentes energéticas involucradas en la práctica de un determinado ejercicio.
- Distinguir los mecanismos de adaptación del cuerpo frente a la actividad física (frecuencia cardíaca, temperatura, sudoración, latidos, frecuencia respiratoria).
- Reconocer los síntomas de las lesiones más frecuentes en el aparato locomotor derivadas de la práctica de un ejercicio y las medidas de primeros auxilios a tomar en el contexto escolar.

##### **1.3. Principios básicos del acondicionamiento físico**

- Distinguir los componentes de la condición física: velocidad, resistencia, fuerza, flexibilidad.
- Identificar los factores que influyen en el desarrollo de la condición física: frecuencia, intensidad, tiempo, tipo de ejercicio, volumen, recuperación, repeticiones y progresión.
- Identificar la función que cumplen las cualidades físicas generales (fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad) y derivadas (potencia, fuerza-resistente, velocidad-resistente, agilidad, elasticidad) en la ejecución de un determinado ejercicio.

- Explicar la relación entre las habilidades perceptivomotrices (coordinación y equilibrio) y el desarrollo de las cualidades físicas.
- Caracterizar las practicas introyectivas (taichí, yoga, etc.) y sus beneficios en la salud y calidad de vida de los alumnos.
- Distinguir las funciones del calentamiento (prevención de lesiones, rendimiento, aprendizaje).
- Describir los principios básicos para el desarrollo de la condición física: alternancia, especificidad, continuidad, progresión, individualización.
- Identificar distintos medios para el entrenamiento, tales como circuitos, interval training, fartlek, entre otros.

## **DOMINIO 2: MANIFESTACIONES DE LA MOTRICIDAD HUMANA**

### **2.1. Juego**

- Reconocer las características del juego como actividad física organizada, en las diferentes edades.
- Identificar las distintas manifestaciones del juego (juego tradicional, juego predeportivo, entre otras).
- Identificar los principios generales del juego pre-deportivo: visión periférica, jugar simple, seguir la jugada y jugar a lo largo y ancho.

### **2.2. Danzas, expresión corporal y habilidades rítmicas y gimnásticas**

- Identificar las principales características de la expresión corporal, tales como componentes, procesos de enseñanza, objetivos.
- Reconocer los elementos fundamentales de la expresión corporal: intensidad, tiempo, espacio de los movimientos.
- Comparar actividades gimnásticas, acrobáticas, rítmicas y de expresión corporal, considerando sus características y las habilidades que se requieren para su práctica.
- Identificar las principales características de las danzas folclóricas que se dan en cada zona del país, tales como estructura, instrumentos musicales usados, vestuario típico, celebración religiosa asociada, entre otras.
- Comparar las danzas folclóricas de distintas zonas del país, considerando sus principales características (similitudes y diferencias).

### **2.3. Deportes**

- Distinguir los aspectos estratégicos, tácticos, técnicos y reglamentarios de deportes de individuales (de autosuperación) como atletismo, gimnasia.
- Distinguir los aspectos estratégicos, tácticos, técnicos y reglamentarios de deportes colectivos (de colaboración, de oposición y de colaboración-oposición), como fútbol, básquetbol, vóleibol, balonmano.
- Identificar los principios generales del juego pre-deportivo aplicados en los deportes: visión periférica, jugar simple, seguir la jugada y jugar a lo largo y ancho.
- Identificar sistemas de iniciación deportiva y edades críticas según los deportes y sus características.

## **DOMINIO 3: ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA**

### **3.1. Estrategias de enseñanza para la asignatura de Educación Física**

- Determinar estrategias metodológicas y/o actividades para abordar objetivos o habilidades propias de la asignatura de Educación Física.
- Responder con lenguaje comprensivo y con precisión conceptual preguntas y dudas que surgen en los estudiantes en torno a los contenidos.
- Identificar, en situaciones de aula, decisiones e intervenciones del docente que favorecen el aprendizaje en Educación Física durante el desarrollo de la clase.
- Seleccionar recursos didácticos apropiados para abordar diferentes objetivos de aprendizaje de la asignatura de Educación Física.
- Diseñar estrategias o actividades de aprendizaje en función de los énfasis curriculares de la asignatura de Educación Física.
- Distinguir estrategias para enfrentar las dificultades que se presentan en el proceso de aprendizaje de los estudiantes, de modo que estas puedan ser superadas.
- Determinar adaptaciones a actividades y/o ejercicios para favorecer el acceso de todos los estudiantes a los objetivos o habilidades abordados en la asignatura de Educación Física.
- Seleccionar actividades motrices acordes con las etapas de desarrollo motor de los estudiantes.
- Determinar actividades de clase acordes con las diferentes etapas del proceso de enseñanza-aprendizaje motriz (exploración, práctica sistemática, periodicidad, progresión y retroalimentación).
- Aplicar, en situaciones pedagógicas, los elementos de organización y planificación propios de las actividades motrices en contacto con la naturaleza.
- Seleccionar actividades que respondan a los diferentes estilos de enseñanza propios de la disciplina, propuestos por Camacho, Delgado, Mosston y Ashworth.

### **3.2. Aprendizaje en la asignatura de Educación Física**

- Identificar los conocimientos previos requeridos para abordar los distintos aprendizajes de la asignatura de Educación Física.
- Inferir la dificultad en el proceso de aprendizaje de uno o varios estudiantes, a partir de respuestas erradas o muestras del desempeño que denotan confusiones, omisiones o comprensión equívoca de ciertos contenidos.
- Identificar etapas del aprendizaje motor (fase cognoscitiva, fase asociativa y fase autónoma) en la que se encuentran los estudiantes a partir de su desempeño.
- Reconocer los mecanismos del acto motor (percepción, decisión, ejecución) en tareas motrices específicas asociadas a actividades físicas de los estudiantes.

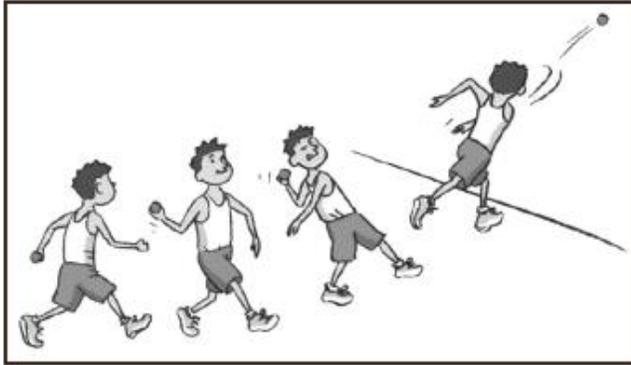
### **3.3. Evaluación de los aprendizajes en la asignatura de Educación Física**

- Identificar los indicadores de evaluación y desempeños que dan cuenta de los distintos objetivos de aprendizaje de la asignatura de Educación Física.
- Seleccionar actividades y determinar el uso de instrumentos de evaluación para evaluar los aprendizajes de la asignatura Educación Física.

- Caracterizar prácticas e interacciones pedagógicas que contribuyen a retroalimentar formativamente el aprendizaje de los estudiantes ante muestras de su desempeño.
- Seleccionar pruebas estandarizadas adecuadas para la medición de cualidades físicas requeridas para el desarrollo de una actividad.
- Interpretar resultados de pruebas estandarizadas y según ellos seleccionar acciones motrices.

## EJEMPLOS DE PREGUNTAS

1 Observe la siguiente imagen:



Según el modelo de Gallahue, ¿en qué estadio se encuentra este lanzamiento?

- A Inicial.
- B Maduro.
- C Elemental.
- D Específico.

**Respuesta correcta: B**

2 ¿Cuál de los siguientes autores basa su teoría en que el desarrollo de la motricidad pasa por distintas fases que son determinadas por el desarrollo de factores físicos y mecánicos?

- A Parlebas.
- B Le Boulch.
- C Gallahue.
- D Da Fonseca.

**Respuesta correcta: C**

- 3** Una docente está trabajando los deportes colectivos de colaboración-oposición y, por ello, planificó algunas clases basadas en los fundamentos del básquetbol. En la segunda de ellas el curso se separó en dos grupos y recibió las siguientes indicaciones:

**Grupo 1:** Deben botear el balón con mano derecha e izquierda indistintamente a lo largo de la cancha.

**Grupo 2:** Deben realizar 10 lanzamientos de bandeja con el pie derecho.

Considerando las indicaciones anteriores, ¿qué tipo de habilidades se estimuló en cada grupo?

- A** Grupo 1: Específicas - Grupo 2: Especializadas.
- B** Grupo 1: Básicas - Grupo 2: Específicas.
- C** Grupo 1: Básicas - Grupo 2: Especializadas.
- D** Grupo 1: Específicas - Grupo 2: Específicas.

**Respuesta correcta: A**

- 4** Considerando el modelo de fases sensibles, ¿sobre qué cualidades físicas se debe intensificar el trabajo en estudiantes prepúberes?

- A** Fuerza - flexibilidad.
- B** Coordinación - fuerza.
- C** Velocidad - resistencia.
- D** Coordinación - resistencia.

**Respuesta correcta: D**

- 5** ¿Qué tipo de habilidad genérica se describe a continuación?

Impulso que se le imprime a un móvil, modificando su trayectoria y su posición, sin que antes exista control o adaptación.

- A** Bote.
- B** Pase.
- C** Lanzamiento.
- D** Golpeo.

**Respuesta correcta: D**