

### Conceptos clave

**Cambio** El cambio es la conversión, la transformación o el paso de una forma, un estado o un valor a otros. La indagación del concepto de cambio implica la comprensión y evaluación de las causas, los procesos y las consecuencias. En Educación Física y para la Salud, se indaga sobre el cambio en muchos sentidos. Los individuos y los equipos cambian sus tácticas y estrategias en respuesta a estímulos de los jugadores y del entorno. El cambio es un aspecto fundamental del desarrollo humano, y los adolescentes son plenamente conscientes de los cambios que experimentan sus cuerpos y sus habilidades. Los cursos de Educación Física y para la Salud pueden ayudar a fomentar cambios positivos en el plano personal, social, emocional, mental y físico, y estos cambios pueden a su vez dar lugar a estilos de vida más equilibrados y saludables.

### Conceptos clave (cont)

**Comunicación** La comunicación es el intercambio o la transmisión de signos, datos, ideas y símbolos. Para que haya comunicación, se requiere un emisor, un mensaje y un receptor, e implica el acto de transmitir información o significado. La comunicación eficaz requiere un "lenguaje" común, que puede ser escrito, oral o no verbal. En Educación Física y para la Salud, los alumnos tienen que utilizar, crear, adaptar y comprender una variedad de herramientas de comunicación estratégicas. La comunicación en esta área disciplinaria requiere una estrecha conexión entre la forma y la función. Los alumnos comprenderán que la comunicación no es solo dar y recibir información, sino que también hay que tener en cuenta cómo se transmite dicha información. La comunicación es fundamental en todo desarrollo personal y social; nos ayuda a comprendernos a nosotros mismos, a los demás y al mundo que nos rodea.



By Irazi

[cheatography.com/irazi/](https://cheatography.com/irazi/)

Published 4th August, 2017.

Last updated 4th August, 2017.

Page 1 of 3.

Sponsored by **Readable.com**

Measure your website readability!

<https://readable.com>

### Conceptos clave (cont)

**Relaciones** Las relaciones son las conexiones y asociaciones entre las propiedades, los objetos, las personas y las ideas, incluidas las conexiones de la comunidad humana con el mundo en que vivimos. Todo cambio en una relación acarrea consecuencias, algunas de las cuales pueden ser de alcance reducido, mientras que otras pueden tener un alcance mucho mayor, llegando a afectar a grandes redes y sistemas, como las sociedades humanas y el ecosistema planetario. En Educación Física y para la Salud, el concepto de relación presenta la oportunidad de explorar las conexiones que necesitan los seres humanos para funcionar e interactuar eficazmente. Mediante los cursos de este grupo de asignaturas, los alumnos entablarán una gran variedad de relaciones personales y sociales, reflexionarán sobre ellas y podrán evaluar y desarrollar sus habilidades interpersonales. Otros conceptos clave también pueden ser importantes en Educación Física y para la Salud. Por ejemplo, el concepto de conexiones hace hincapié en las oportunidades y los riesgos en relación con las personas, los lugares, las comunidades, el clima y las culturas. La conexión entre la actividad física, la educación física y la salud es también crucial. El concepto de forma es evidente en todos los aspectos del deporte y de la danza. La lógica es la base de toda actividad de reflexión, tanto en la educación física como en la salud: los jugadores y los deportistas utilizan la lógica (incluido el pensamiento científico) para analizar, evaluar y mejorar su rendimiento.

### Criterio C: Aplicación y ejecución

| Primer año   | Tercer año  | Quinto año  |
|--|---|---|
| i. Evocar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas                 | i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas                 | i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas                 |
| ii. Evocar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento | ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento | ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento |
| iii. Evocar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente       | iii. Esbozar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente         | iii. Analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente        |

#### Notas

Se debe usar el criterio C para evaluar situaciones de ejecución o juego.

La capacidad de los alumnos de demostrar y aplicar habilidades y técnicas puede incluir: precisión, eficacia, control, coordinación, sincronización, soltura, velocidad y potencia.

La capacidad de los alumnos de demostrar y aplicar estrategias y conceptos de movimiento puede incluir: el uso del espacio, la fuerza y la fluidez de los movimientos, y la adaptación a diversas situaciones.

La capacidad de los alumnos de analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente puede incluir: la lectura de la situación, el procesamiento de información, la respuesta a observaciones y la toma de decisiones adecuadas. En función de la naturaleza de la actividad, se debe tener en cuenta este tipo de características.

El criterio C no es adecuado para evaluar la replicación de rutinas de movimientos ni el arbitraje.

### Conceptos relacionados

|                   |             |            |
|-------------------|-------------|------------|
| Adaptación        | Elección    | Energía    |
| Entorno           | Equilibrio  | Espacio    |
| Función           | Interacción | Movimiento |
| Perfeccionamiento | Perspectiva | Sistemas   |



### Criterio A: Conocimiento y comprensión

| Primer año  | Tercer año   | Quinto año   |
|---|--|--|
| i. Esbozar conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud   | i. Describir conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud  | i. Explicar conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud   |
| ii. Identificar conocimientos de Educación Física y para la Salud para describir cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas | ii. Aplicar conocimientos de Educación Física y para la Salud para explicar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas | ii. Aplicar conocimientos de Educación Física y para la Salud para analizar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas |
| iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión   | iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud eficazmente para transmitir su comprensión  | iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud eficazmente para transmitir su comprensión  |

#### Notas para el criterio A

- No se debe usar el criterio A para evaluar situaciones de ejecución o juego.
- El criterio A solo se puede usar para evaluar tareas orales o escritas.

### Criterio B: Planificación del rendimiento

| Primer año  | Tercer año  | Quinto año  |
|---|---|---|
| i. Elaborar y esbozar un plan para mejorar la salud y/o la actividad física | i. Diseñar y explicar un plan para mejorar el rendimiento físico y/o la salud | i. Diseñar, explicar y justificar un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud |
| ii. Describir la eficacia de un plan en función del resultado               | ii. Explicar la eficacia de un plan en función del resultado                  | ii. Analizar y evaluar la eficacia de un plan en función del resultado                  |

#### Notas

### Criterio B: Planificación del rendimiento (cont)

Cualquier unidad que requiera que los alumnos indaguen y planifiquen se puede evaluar con el criterio B; por ejemplo, la composición de rutinas de movimientos estéticos (como en la gimnasia, la danza, el aeróbic o las artes marciales), los programas de acondicionamiento físico y entrenamiento, la creación de juegos y las investigaciones de laboratorio (sobre la condición física, la adquisición de habilidades o los sistemas energéticos).

La planificación de la ejecución de habilidades no se debe evaluar con este criterio; por ejemplo, el plan de un alumno para ejecutar una habilidad como taclear en rugby no se evalúa con el criterio B. Sin embargo, sí es adecuado evaluar un plan para mejorar el rendimiento defensivo en rugby mediante el desarrollo de una variedad de habilidades, estrategias y técnicas. En este caso, el alumno puede elaborar un plan para mejorar determinadas áreas (fuerza, velocidad, condición cardiovascular, técnica de tacleo, formación, etc.), a fin de mejorar el rendimiento general.

Para cumplir los requisitos del criterio B, se debe poner en práctica el plan del alumno a fin de evaluar su eficacia.

El criterio B requiere una descripción objetiva de la eficacia del plan.

### Criterio D: Reflexión y mejora del rendimiento

| Primer año  | Tercer año  | Quinto año   |
|---|---|--|
| i. Identificar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales | i. Describir y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales | i. Explicar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales |
| ii. Identificar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento             | ii. Esbozar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento               | ii. Desarrollar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento          |
| iii. Describir y resumir el rendimiento   | iii. Explicar y evaluar el rendimiento  | iii. Analizar y evaluar el rendimiento   |

#### Notas para el criterio D

- El criterio D es adecuado para evaluar el desarrollo personal y social en el liderazgo deportivo y del rendimiento, así como el arbitraje.