

Guía de Educación Física y para la Salud

Para uso a partir de septiembre de 2014 o enero de 2015



International Baccalaureate®
Baccalauréat International
Bachillerato Internacional

Guía de Educación Física y para la Salud

Para uso a partir de septiembre de 2014 o enero de 2015

Programa de los Años Intermedios

Guía de Educación Física y para la Salud

Versión en español del documento publicado en mayo de 2014 con el título
Physical and health education guide

Publicada en mayo de 2014
Actualizada en septiembre de 2014

Publicada en nombre de la Organización del Bachillerato Internacional, una fundación educativa sin fines de lucro con sede en 15 Route des Morillons, 1218 Le Grand-Saconnex, Ginebra (Suiza), por

International Baccalaureate Organization Ltd (Reino Unido)
Peterson House, Malthouse Avenue, Cardiff Gate
Cardiff, Wales CF23 8GL
Reino Unido
Sitio web: www.ibo.org

© Organización del Bachillerato Internacional, 2014

La Organización del Bachillerato Internacional (conocida como IB) ofrece cuatro programas educativos exigentes y de calidad a una comunidad de colegios en todo el mundo, con el propósito de crear un mundo mejor y más pacífico. Esta publicación forma parte de una gama de materiales producidos con el fin de apoyar dichos programas.

El IB puede utilizar diversas fuentes en su trabajo y comprueba la información para verificar su exactitud y autoría original, en especial al hacer uso de fuentes de conocimiento comunitario, como Wikipedia. El IB respeta la propiedad intelectual, y hace denodados esfuerzos por identificar y obtener la debida autorización de los titulares de los derechos antes de la publicación de todo material protegido por derechos de autor utilizado. El IB agradece la autorización recibida para utilizar el material incluido en esta publicación y enmendará cualquier error u omisión lo antes posible.

El uso del género masculino en esta publicación no tiene un propósito discriminatorio y se justifica únicamente como medio para hacer el texto más fluido. Se pretende que el español utilizado sea comprensible para todos los hablantes de esta lengua y no refleje una variante particular o regional de la misma.

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede reproducirse, almacenarse o distribuirse de forma total o parcial, en manera alguna ni por ningún medio, sin la previa autorización por escrito del IB, sin perjuicio de lo estipulado expresamente por la ley o por la política y normativa de uso de la propiedad intelectual del IB. Véase la página <http://www.ibo.org/es/copyright> del sitio web público del IB para más información.

Los artículos promocionales y las publicaciones del IB pueden adquirirse en la tienda virtual del IB, disponible en <http://store.ibo.org>.

Correo-e: sales@ibo.org

Declaración de principios del IB

El Bachillerato Internacional tiene como meta formar jóvenes solidarios, informados y ávidos de conocimiento, capaces de contribuir a crear un mundo mejor y más pacífico, en el marco del entendimiento mutuo y el respeto intercultural.

En pos de este objetivo, la organización colabora con establecimientos escolares, gobiernos y organizaciones internacionales para crear y desarrollar programas de educación internacional exigentes y métodos de evaluación rigurosos.

Estos programas alientan a estudiantes del mundo entero a adoptar una actitud activa de aprendizaje durante toda su vida, a ser compasivos y a entender que otras personas, con sus diferencias, también pueden estar en lo cierto.



Perfil de la comunidad de aprendizaje del IB

El objetivo fundamental de los programas del Bachillerato Internacional (IB) es formar personas con mentalidad internacional que, conscientes de la condición que las une como seres humanos y de la responsabilidad que comparten de velar por el planeta, contribuyan a crear un mundo mejor y más pacífico.

Como miembros de la comunidad de aprendizaje del IB, nos esforzamos por ser:

INDAGADORES

Cultivamos nuestra curiosidad, a la vez que desarrollamos habilidades para la indagación y la investigación. Sabemos cómo aprender de manera autónoma y junto con otros. Aprendemos con entusiasmo y mantenemos estas ansias de aprender durante toda la vida.

INFORMADOS E INSTRUIDOS

Desarrollamos y usamos nuestra comprensión conceptual mediante la exploración del conocimiento en una variedad de disciplinas. Nos comprometemos con ideas y cuestiones de importancia local y mundial.

PENSADORES

Utilizamos habilidades de pensamiento crítico y creativo para analizar y proceder de manera responsable ante problemas complejos. Actuamos por propia iniciativa al tomar decisiones razonadas y éticas.

BUENOS COMUNICADORES

Nos expresamos con confianza y creatividad en diversas lenguas, lenguajes y maneras. Colaboramos eficazmente, escuchando atentamente las perspectivas de otras personas y grupos.

ÍNTEGROS

Actuamos con integridad y honradez, con un profundo sentido de la equidad, la justicia y el respeto por la dignidad y los derechos de las personas en todo el mundo. Asumimos la responsabilidad de nuestros propios actos y sus consecuencias.

DE MENTALIDAD ABIERTA

Desarrollamos una apreciación crítica de nuestras propias culturas e historias personales, así como de los valores y tradiciones de los demás. Buscamos y consideramos distintos puntos de vista y estamos dispuestos a aprender de la experiencia.

SOLIDARIOS

Mostramos empatía, sensibilidad y respeto. Nos comprometemos a ayudar a los demás y actuamos con el propósito de influir positivamente en la vida de las personas y el mundo que nos rodea.

AUDACES

Abordamos la incertidumbre con previsión y determinación. Trabajamos de manera autónoma y colaborativa para explorar nuevas ideas y estrategias innovadoras. Mostramos ingenio y resiliencia cuando enfrentamos cambios y desafíos.

EQUILIBRADOS

Entendemos la importancia del equilibrio físico, mental y emocional para lograr el bienestar propio y el de los demás. Reconocemos nuestra interdependencia con respecto a otras personas y al mundo en que vivimos.

REFLEXIVOS

Evaluamos detenidamente el mundo y nuestras propias ideas y experiencias. Nos esforzamos por comprender nuestras fortalezas y debilidades para, de este modo, contribuir a nuestro aprendizaje y desarrollo personal.

El perfil de la comunidad de aprendizaje engloba diez atributos valorados por los Colegios del Mundo del IB. Estamos convencidos de que estos atributos, y otros similares, pueden ayudar a personas y grupos a ser miembros responsables de las comunidades locales, nacionales y mundiales.

Índice

Introducción	1
Propósito de esta guía	1
Educación Física y para la Salud en el PAI	2
Modelo del programa	2
Naturaleza de Educación Física y para la Salud	4
Educación Física y para la Salud en el continuo de programas del IB	5
Objetivos generales	7
Objetivos específicos	8
Planificación de la progresión del aprendizaje	10
Aprendizaje interdisciplinario	12
Proyectos del PAI	13
El currículo escrito y enseñado	14
Requisitos	14
Planificación del currículo de Educación Física y para la Salud	16
Enseñanza y aprendizaje a través de la indagación	17
Orientación específica	23
El currículo evaluado	24
Correspondencia entre los objetivos específicos y los criterios de evaluación	24
Resumen de los criterios de evaluación	25
Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: primer año	26
Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: tercer año	31
Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: quinto año	37
Evaluación electrónica	43
Apéndices	44
Conceptos relacionados de Educación Física y para la Salud	44
Glosario de Educación Física y para la Salud	46
Términos de instrucción del PAI en Educación Física y para la Salud	47
Lecturas seleccionadas	48

Propósito de esta guía

Esta guía se utilizará a partir de septiembre de 2014 o enero de 2015, dependiendo del comienzo del año académico en cada colegio.

Este documento proporciona el marco para la enseñanza y el aprendizaje de Educación Física y para la Salud en el Programa de los Años Intermedios (PAI), y debe leerse y utilizarse junto con la publicación *El Programa de los Años Intermedios: de los principios a la práctica* (mayo de 2014), que incluye:

- Información general acerca del programa
- El planificador de unidades del PAI, así como orientación para el desarrollo del currículo en todos los grupos de asignaturas
- Información detallada sobre Enfoques del aprendizaje
- Asesoramiento para facilitar el acceso y la inclusión de todos los alumnos (incluidas adaptaciones para alumnos con necesidades de apoyo para el aprendizaje)
- Una declaración sobre la probidad académica

En las publicaciones del PAI, los requisitos aparecen en cuadros de texto como este.

Otros recursos

En el Centro pedagógico en línea (<http://occ.ibo.org>) hay disponibles materiales de ayuda al profesor. El material de ayuda al profesor de Educación Física y para la Salud ofrece orientación para desarrollar el currículo escrito, enseñado y evaluado, y proporciona ejemplos de buenas prácticas que incluyen descripciones generales del grupo de asignaturas, tareas de evaluación y esquemas de calificación, así como trabajos de los alumnos con comentarios del profesor.

Mediante un proceso opcional de evaluación moderada externamente es posible obtener **resultados de los cursos del PAI del IB** para los cursos de Educación Física y para la Salud, y estos resultados pueden contribuir a la obtención de un **certificado del PAI del IB**. Para más información, véase la publicación anual *Manual de procedimientos del Programa de los Años Intermedios*.

En la tienda virtual del IB (<http://store.ibo.org>) hay disponible una amplia gama de publicaciones para el PAI.

Agradecimientos

El IB agradece las generosas contribuciones de los Colegios del Mundo del IB y de la comunidad global de educadores que colaboran en el desarrollo del Programa de los Años Intermedios.

Modelo del programa



Figura 1

Modelo del Programa de los Años Intermedios

El PAI, destinado a alumnos de 11 a 16 años, proporciona un marco para el aprendizaje que anima a los alumnos a convertirse en pensadores creativos, críticos y reflexivos. El PAI hace hincapié en el desafío intelectual, y los estimula a establecer conexiones entre las disciplinas tradicionales que estudian y el mundo real. Fomenta el desarrollo de habilidades comunicativas, el entendimiento intercultural y el compromiso global, cualidades esenciales para los jóvenes que serán futuros líderes globales.

El PAI es lo suficientemente flexible como para dar cabida a los requisitos de la mayoría de los currículos nacionales o locales. Se apoya en los conocimientos, habilidades y actitudes desarrollados en el Programa de la Escuela Primaria (PEP) del IB y prepara a los alumnos para afrontar los desafíos académicos del Programa del Diploma (PD) del IB y del Certificado de Estudios con Orientación Profesional del IB (COPIB).

El PAI:

- Aborda de manera holística el **bienestar** intelectual, social, emocional y físico de los alumnos
- Brinda a los alumnos oportunidades de desarrollar los **conocimientos, actitudes y habilidades** que necesitan para manejar situaciones complejas y actuar de modo responsable en el futuro
- Garantiza la amplitud y profundidad de la comprensión mediante el estudio de **ocho grupos de asignaturas**
- Requiere que los alumnos estudien al menos **dos lenguas** para fomentar su comprensión de sus propias culturas y las de otras personas
- Capacita a los alumnos para participar activamente en el **servicio a la comunidad**
- Contribuye a preparar a los alumnos para la **educación superior**, el **mundo laboral** y para **continuar aprendiendo durante toda la vida**

Naturaleza de Educación Física y para la Salud

Estar en buena forma física no es solo una de las claves más importantes para un cuerpo sano, es la base de la actividad intelectual creativa y dinámica.

John F. Kennedy

Educación Física y para la Salud del PAI aspira a que los alumnos comprendan y aprecien el valor de ser físicamente activo, y adquieran la motivación para tomar decisiones saludables. Por lo tanto, los cursos de Educación Física y para la Salud favorecen el desarrollo de los conocimientos, habilidades y actitudes que contribuirán a que los alumnos adopten un estilo de vida sano y equilibrado. Los cursos de este grupo de asignaturas representan el carácter holístico del bienestar y lo promueven, al brindar a los alumnos oportunidades de aprender de manera activa. En Educación Física y para la Salud, los alumnos explorarán una variedad de conceptos para adquirir conciencia de distintas perspectivas con respecto al desarrollo físico y la salud, lo que les permitirá tomar decisiones fundadas y fomentará interacciones sociales positivas.

Educación Física y para la Salud se centra en el **aprendizaje de** la actividad física y el **aprendizaje a través de** esta. Ambas dimensiones ayudan a los alumnos a desarrollar las habilidades de Enfoques del aprendizaje (antes Aprender a Aprender) en todo el currículo. Educación Física y para la Salud aporta una perspectiva única para el desarrollo de los atributos del perfil de la comunidad de aprendizaje del IB, al promover la salud de los individuos y las comunidades.

Mediante Educación Física y para la Salud, los alumnos aprenden a apreciar y respetar las ideas de los demás, y adquieren habilidades de colaboración y comunicación eficaces. Esta área disciplinaria también brinda numerosas oportunidades para entablar relaciones interpersonales positivas, que pueden ayudar a los alumnos a desarrollar un sentido de responsabilidad social. En el mejor de los casos, los cursos de Educación Física y para la Salud generan en los alumnos el disfrute, el interés y la confianza en la actividad física que estos necesitan para lograr y mantener un estilo de vida sano y equilibrado.

La actividad física y la salud son fundamentales para la identidad humana y las comunidades globales. Generan conexiones significativas entre las personas, las naciones, las culturas y el mundo natural, y ofrecen numerosas oportunidades para lograr un entendimiento intercultural y una mayor apreciación de la condición que nos une como seres humanos.

Educación Física y para la Salud en el continuo de programas del IB

El continuo de programas de educación internacional del IB ofrece una progresión del aprendizaje a los alumnos de 3 a 19 años. En el Programa de la Escuela Primaria (PEP) del IB, Educación Personal, Social y Física desarrolla los conocimientos, las habilidades y las actitudes que los alumnos necesitan para lograr su propio bienestar y el de los demás. Educación Física y para la Salud del PAI parte de los aprendizajes y experiencias que los alumnos han adquirido en el PEP y en otros programas de educación primaria centrados en el alumno. No existen requisitos formales en cuanto a conocimientos previos.

Educación Física y para la Salud del PAI, en combinación con Ciencias del PAI, contribuye particularmente a preparar a los alumnos para el estudio de **Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud** en el Programa del Diploma (PD) del IB, un curso riguroso que invita a los alumnos a indagar sobre los sistemas y aparatos del cuerpo humano y explorar por qué y de qué manera se complementan en su funcionamiento. En Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud, los alumnos aprenden a aplicar sus conocimientos y su comprensión mediante el análisis crítico del rendimiento humano y la planificación y realización de trabajos prácticos de laboratorio.

La figura siguiente muestra las trayectorias del continuo de programas del IB hasta Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud del PD.

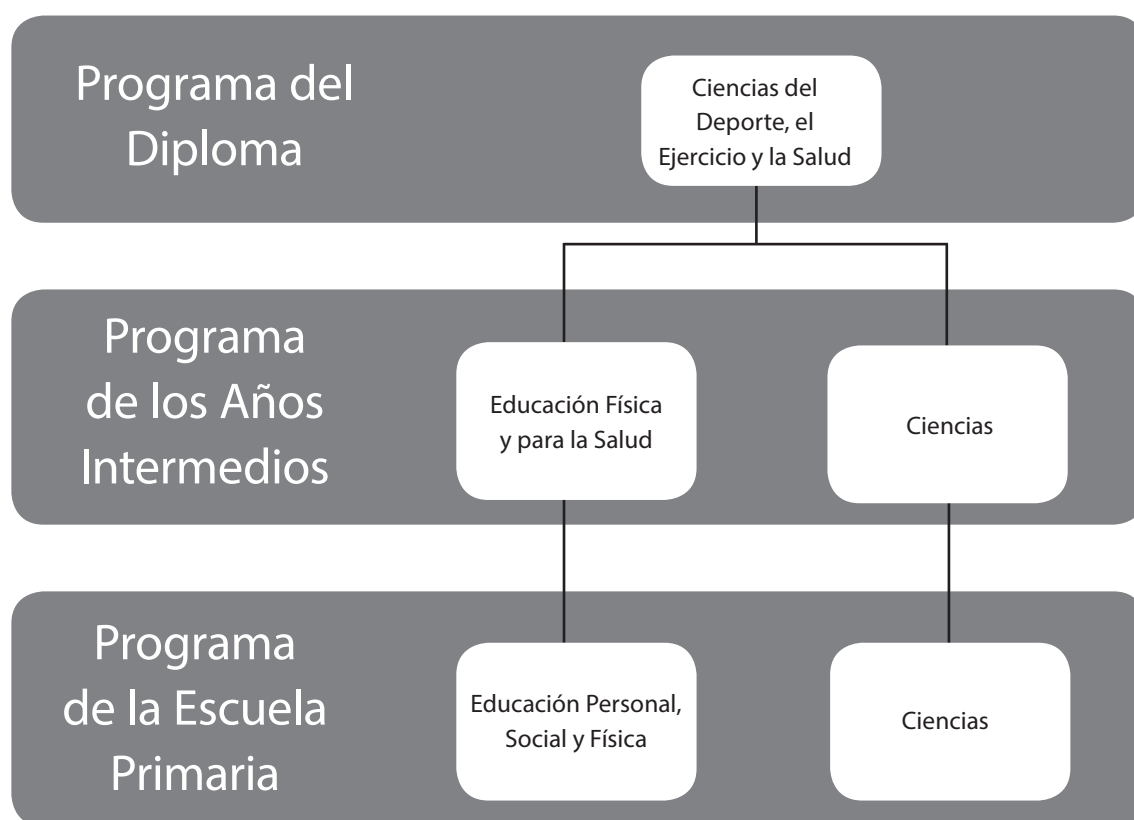


Figura 2

Trayectorias del continuo de programas del IB hasta Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud del Programa del Diploma

Educación Física y para la Salud del PAI también ayuda a preparar a los alumnos para obtener buenos resultados en el PD en general, y conecta directamente con su participación en Creatividad, Acción y Servicio (CAS). CAS complementa la exigente preparación académica de los alumnos con el requisito de realizar actividades que exijan un esfuerzo o desafío físico y que contribuyan a un estilo de vida saludable. En CAS, los alumnos continúan desarrollando las habilidades de reflexión al abordar nuevos desafíos y planificar actividades, incluidos deportes de competición, programas de entrenamiento personal y pruebas de resistencia, así como proyectos de aprendizaje-servicio que requieren actividad física.

Los conocimientos, habilidades y actitudes que los alumnos desarrollan en los cursos de Educación Física y para la Salud les aportan unas bases útiles para futuros estudios y contribuyen a prepararlos para futuras carreras profesionales en el los sectores educativo, recreativo y del ocio, las ciencias de la salud, las ciencias del deporte y el ejercicio, el rendimiento, el entrenamiento, la condición física o la gestión de la salud comunitaria.

Objetivos generales

Los objetivos generales de todas las asignaturas del PAI formulan lo que se espera que el profesor enseñe durante el curso y lo que el alumno podrá experimentar o aprender en las clases. Además, sugieren las formas en que la experiencia de aprendizaje puede transformar al alumno.

Los objetivos generales de Educación Física y para la Salud del PAI son fomentar y facilitar que los alumnos:

- Utilicen la indagación para explorar conceptos de Educación Física y para la Salud
- Participen eficazmente en diversos contextos
- Comprendan el valor de la actividad física
- Logren un estilo de vida saludable y lo mantengan
- Colaboren y se comuniquen eficazmente
- Establezcan relaciones positivas y demuestren responsabilidad social
- Reflexionen sobre sus experiencias de aprendizaje

Objetivos específicos

Los objetivos específicos de todos los grupos de asignaturas del PAI formulan los fines concretos que se persiguen con el aprendizaje de la asignatura. Establecen lo que el alumno será capaz de hacer como resultado de haber estudiado la asignatura.

Los objetivos específicos de Educación Física y para la Salud del PAI engloban las dimensiones fáctica, conceptual, procedimental y metacognitiva del conocimiento.

Los colegios **deben** usar los objetivos específicos proporcionados en esta guía para el primer, tercer y quinto año del programa.

Cada objetivo específico consta de varios **aspectos** o indicadores de las expectativas de aprendizaje.

Los grupos de asignaturas **deben** abordar **todos** los aspectos de **todos** los objetivos específicos **al menos dos veces** en **cada año** del PAI.

Estos objetivos específicos están directamente relacionados con los criterios de evaluación que figuran en la sección “El currículo evaluado” de esta guía.

A Conocimiento y comprensión

Los alumnos adquieren conocimientos y comprensión de la salud y la actividad física con el fin de identificar y resolver problemas.

Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:

- i. Explicar conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud
- 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 eficazmente para transmitir su comprensión

B Planificación del rendimiento

Mediante la indagación, los alumnos diseñan, analizan, evalúan y ejecutan un plan para mejorar el rendimiento en educación física y para la salud.

Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:

- i. Diseñar, explicar y justificar planes para mejorar el rendimiento físico y la salud
- ii. Analizar y evaluar la eficacia de un plan en función del resultado

C Aplicación y ejecución

Los alumnos desarrollan y aplican habilidades prácticas, técnicas, estrategias y conceptos de movimiento al participar en una variedad de actividades físicas.

Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:

- i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas eficazmente
- ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento eficazmente
- iii. Analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente

D Reflexión y mejora del rendimiento

Los alumnos potencian su desarrollo personal y social, se fijan metas, actúan de modo responsable y reflexionan sobre su rendimiento y el de los demás.

Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:

- i. Explicar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales
- ii. Desarrollar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento
- iii. Analizar y evaluar el rendimiento

Planificación de la progresión del aprendizaje

A lo largo del programa, los alumnos deben trabajar los contenidos del currículo y demostrar su comprensión con niveles de complejidad cada vez mayores.

Primer año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:	Tercer año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:	Quinto año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:
Objetivo específico A: Conocimiento y comprensión		
i. Esbozar 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 iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión	i. Describir conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Aplicar conocimientos de Educación Física y para la Salud para explicar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud eficazmente para transmitir su comprensión	i. Explicar conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud 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 eficazmente para transmitir su comprensión
Objetivo específico B: Planificación del rendimiento		
i. Elaborar y esbozar un plan para mejorar la salud o la actividad física ii. Describir la eficacia de un plan en función del resultado	i. Diseñar y explicar un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Explicar la eficacia de un plan en función del resultado	i. Diseñar, explicar y justificar planes para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Analizar y evaluar la eficacia de un plan en función del resultado

Primer año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:	Tercer año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:	Quinto año Para lograr los objetivos generales de Educación Física y para la Salud, los alumnos deben ser capaces de:
Objetivo específico C: Aplicación y ejecución		
i. Evocar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas ii. Evocar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Evocar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente	i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Esbozar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente	i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente
Objetivo específico D: Reflexión y mejora del rendimiento		
i. Identificar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Identificar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento iii. Describir y resumir el rendimiento	i. Describir y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Esbozar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento iii. Explicar y evaluar el rendimiento	i. Explicar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Desarrollar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento iii. Analizar y evaluar el rendimiento

La gama de habilidades, técnicas, estrategias y conceptos de movimiento evaluados, así como la complejidad de su aplicación, deberán incrementarse a medida que los alumnos avancen en el programa.

Aprendizaje interdisciplinario

La enseñanza y el aprendizaje interdisciplinarios se basan en las disciplinas y los grupos de asignaturas, pero amplían la comprensión disciplinaria:

- **De manera integradora:** aunando conceptos, métodos o modos de comunicación de dos o más grupos de asignaturas, disciplinas o áreas de conocimiento establecidas para dar lugar a nuevas perspectivas
- **Con un fin determinado:** conectando disciplinas para resolver problemas reales, crear productos o abordar cuestiones complejas de formas que difícilmente habrían sido posibles mediante un solo enfoque

La enseñanza y el aprendizaje interdisciplinarios dan lugar a un currículo cohesivo que aborda las necesidades de desarrollo de los alumnos del PAI y los prepara para futuros estudios académicos (inter)disciplinarios y para la vida en un mundo cada vez más interconectado.

El PAI utiliza conceptos y contextos como puntos de partida para la integración significativa y la transferencia de conocimientos entre grupos de asignaturas y disciplinas. La publicación *Promoción de la enseñanza y el aprendizaje interdisciplinarios en el PAI* (2014) ofrece más información y detalla un proceso de planificación y registro de unidades interdisciplinarias.

Los colegios que ofrecen el PAI deben asegurarse de que los alumnos cursen, como mínimo, una unidad interdisciplinaria planificada de forma colaborativa en cada año del programa.

Educación Física y para la Salud del PAI brinda numerosas oportunidades para la enseñanza y el aprendizaje interdisciplinarios. Las unidades interdisciplinarias de este grupo de asignaturas podrían incluir indagaciones sobre:

- Las relaciones entre el rendimiento atlético y la innovación y el diseño tecnológicos
- Rutinas de movimientos estéticos que transmitan conceptos relacionados de otros grupos de asignaturas
- La condición física y el bienestar desde la perspectiva de la psicología, o de la biología/física/química
- La evolución histórica y cultural en los deportes

El aprendizaje interdisciplinario puede tener lugar en actividades a pequeña y gran escala. El verdadero aprendizaje interdisciplinario suele requerir una reflexión crítica y una planificación colaborativa detallada. No obstante, los profesores y los alumnos también pueden establecer conexiones interdisciplinarias mediante conversaciones y experiencias de aprendizaje espontáneas.

Los profesores de todos los grupos de asignaturas del PAI tienen la responsabilidad de crear continuamente oportunidades significativas para la enseñanza y el aprendizaje interdisciplinarios.

Proyectos del PAI

El Proyecto Comunitario del PAI (para alumnos del tercer y cuarto año) y el Proyecto Personal del PAI (para alumnos del quinto año) fomentan y hacen posible una indagación continua dentro de un contexto global que da lugar a nuevas perspectivas y una comprensión más profunda. Estas experiencias culminantes desarrollan la confianza de los alumnos en sí mismos como personas íntegras con una actitud de aprendizaje durante toda la vida. Asimismo, refuerzan su capacidad de valorar su propio aprendizaje y comunicarse eficazmente, y hacen que se enorgullezcan de sus logros.

Los cursos de Educación Física y para la Salud ayudan a los alumnos a desarrollar habilidades clave de Enfoques del aprendizaje que les permiten disfrutar de los proyectos del PAI y obtener buenos resultados. En este grupo de asignaturas, los alumnos cuentan con considerables oportunidades para practicar las habilidades de Enfoques del aprendizaje, en particular las habilidades sociales y las de autocontrol. El trabajo colaborativo y la planificación personal son aspectos esenciales de Educación Física y para la Salud.

Los alumnos encuentran inspiración para sus proyectos en las experiencias de aprendizaje de este grupo de asignaturas. Al realizar estos proyectos que consolidan su aprendizaje, los alumnos disfrutan estando físicamente activos y ayudando a los demás a comprender mejor el bienestar personal y de la comunidad. Los profesores de Educación Física y para la Salud constituyen un recurso importante para los alumnos cuyos proyectos conllevan actividades físicas, desarrollo personal y responsabilidad social.

Educación Física y para la Salud brinda numerosas oportunidades para el aprendizaje mediante la acción. Los proyectos comunitarios y los proyectos personales pueden incluir indagaciones inspiradas en la educación física y para la salud, como las siguientes:

- Actividades, organizaciones o instalaciones deportivas o recreativas
- Cuestiones de salud importantes a nivel personal, comunitario o global
- Metas para mejorar el bienestar o el rendimiento
- Vidas más saludables en el colegio, la comunidad local o el resto del mundo

Requisitos

Horas lectivas

Los colegios deben dedicar las horas lectivas necesarias para cumplir los requisitos de Educación Física y para la Salud del PAI.

El PAI requiere dedicar al menos 50 horas lectivas a cada grupo de asignaturas en cada año del programa.

No obstante, en la práctica suelen ser necesarias más horas, no solo para cumplir los objetivos generales y específicos del grupo de asignaturas, sino también para poder enseñar las disciplinas simultáneamente, con continuidad y en cada año del programa, lo cual hace posible el aprendizaje interdisciplinario.

Si los alumnos desean obtener resultados de los cursos del PAI del IB que contribuyan al certificado del PAI del IB, se recomienda que los cursos de Educación Física y para la Salud incluyan al menos 70 horas lectivas en cada uno de los dos últimos años del programa (cuarto y quinto año del PAI).

Los cursos de Educación Física y para la Salud del PAI deben dedicar, **como mínimo, el 50%** del total de horas lectivas de la asignatura a la realización de actividades de educación física.

La educación vial, las organizaciones deportivas o musicales extracurriculares, las actividades intramuros y las competiciones deportivas interescolares no se consideran parte del mínimo prescrito de horas lectivas.

Organización de Educación Física y para la Salud en el colegio

Para que los alumnos tengan la oportunidad de cumplir los objetivos específicos de Educación Física y para la Salud del PAI al máximo nivel, los profesores deben planificar un currículo equilibrado con contenidos significativos que incluya los elementos siguientes:

- Conocimientos sobre la forma física y la salud (por ejemplo: componentes de la condición física, métodos y principios de entrenamiento, nutrición, estilos de vida, biomecánica, fisiología del ejercicio, cuestiones deportivas, primeros auxilios)
- Movimientos estéticos (por ejemplo: gimnasia, aeróbic, artes marciales, salto con cuerda, yoga, *capoeira*)

Los alumnos deben realizar una **rutina de movimientos estéticos** que **se evalúa con el criterio B** (Planificación del rendimiento) en **cada año** del programa.

- Deportes de equipo (por ejemplo: variedades de fútbol, básquetbol, balonmano, voleibol, *hockey*)
- Deportes individuales (por ejemplo: golf, atletismo, natación, *squash*, esgrima)
- Actividades y deportes internacionales (incluidas tradiciones deportivas y formas de movimiento que no sean parte de las experiencias personales y culturales de los alumnos)

Los colegios también pueden incluir:

- Juegos alternativos-recreativos (por ejemplo: ultimate Frisbee®, patinaje en línea o con monopatín, *parkour* o arte de sortear obstáculos y realizar acrobacias)
- Actividades de aventura (por ejemplo: orientación, escalada, senderismo, esquí de fondo, ciclismo de montaña, piragüismo)

Planificación del currículo de Educación Física y para la Salud

Los Colegios del Mundo del IB son responsables de desarrollar y estructurar los cursos de Educación Física y para la Salud de forma que permitan a los alumnos alcanzar los objetivos generales y específicos del programa. Las circunstancias específicas de cada colegio, incluidos los requisitos curriculares locales y nacionales, determinarán cómo organizan el curso.

Las normas para la implementación del PAI y sus aplicaciones concretas instan a los colegios a facilitar y promover la planificación colaborativa para desarrollar y revisar el currículo.

Los objetivos específicos de Educación Física y para la Salud para cada año del programa aportan continuidad y estructuran la progresión del aprendizaje. Dichos objetivos sirven a los profesores para tomar decisiones sobre experiencias de aprendizaje adecuadas a los niveles de desarrollo de los alumnos, incluidas las evaluaciones formativas y sumativas.

Al realizar la articulación vertical de Educación Física y para la Salud para todos los años del programa, los profesores deben planificar unidades de trabajo cada vez más complejas que cubran múltiples objetivos específicos. No obstante, dentro de estas unidades puede haber, a su vez, tareas o unidades de trabajo más pequeñas que se concentren en objetivos específicos concretos o en aspectos particulares de estos objetivos.

Los cursos de Educación Física y para la Salud presentan numerosas oportunidades para establecer conexiones interdisciplinarias en el currículo. Al realizar la articulación horizontal en cada año del programa, debe coordinarse la enseñanza y el aprendizaje de todos los cursos de Educación Física y para la Salud. Asimismo, es necesario identificar comprensiones conceptuales compartidas y enfoques del aprendizaje comunes a varios grupos de asignaturas para que la experiencia de aprendizaje de los alumnos sea coherente durante todo el año.

Enseñanza y aprendizaje a través de la indagación

La indagación, en el sentido más amplio del término, es el proceso que se utiliza para lograr unos niveles de comprensión más profundos. La indagación implica especular, explorar, cuestionar y establecer conexiones. En todos los programas del IB, la indagación estimula la curiosidad y favorece el pensamiento crítico y creativo.

El PAI estructura la indagación continua en Educación Física y para la Salud mediante el desarrollo de la **comprensión conceptual** en **contextos globales**. Los profesores y los alumnos desarrollan un **enunciado de la indagación** y utilizan **preguntas de indagación** para explorar los temas. Al indagar, los alumnos adquieren habilidades disciplinarias e interdisciplinarias específicas de **Enfoques del aprendizaje**.

Comprensión conceptual

Un concepto es una “idea importante”, un principio o una noción perdurables cuya importancia trasciende sus orígenes, disciplinas o marcos temporales. Los conceptos constituyen el vehículo para la indagación de los alumnos sobre cuestiones e ideas de importancia personal, local y global, y son también los medios para explorar la esencia de Educación Física y para la Salud.

Los conceptos ocupan un lugar importante en la estructura del conocimiento, que exige a los profesores y a los alumnos pensar con una complejidad cada vez mayor al organizar y relacionar los datos y los temas.

Los conceptos representan la comprensión que acompañará a los alumnos en la aventura del aprendizaje durante toda la vida. Los ayudan a formular principios, generalizaciones y teorías. Los alumnos utilizan la comprensión conceptual para resolver problemas, analizar cuestiones y evaluar decisiones que pueden repercutir en su vida, en su comunidad y en el resto del mundo.

En el PAI, la comprensión conceptual se estructura mediante conceptos clave y conceptos relacionados prescritos. Los profesores deben utilizar estos conceptos para desarrollar el currículo. Asimismo, los colegios pueden identificar y desarrollar conceptos adicionales para cumplir con los requisitos curriculares locales y adaptarlos a sus circunstancias concretas.

Conceptos clave

Los conceptos clave favorecen el desarrollo de un currículo amplio. Representan ideas importantes que tienen pertinencia intradisciplinaria e interdisciplinaria. La indagación sobre conceptos clave puede facilitar el establecimiento de conexiones entre:

- Distintos cursos del grupo de asignaturas de Educación Física y para la Salud (aprendizaje intradisciplinario)
- Distintos grupos de asignaturas (aprendizaje interdisciplinario)

La tabla 1 enumera los conceptos clave que se exploran en el PAI. Los conceptos clave estudiados en Educación Física y para la Salud son: **cambio, comunicación y relaciones**.

Cambio	Comunicación	Comunidades	Conexiones
Creatividad	Cultura	Desarrollo	Estética
Forma	Identidad	Interacciones globales	Lógica
Perspectiva	Relaciones	Sistemas	Tiempo, lugar y espacio

Tabla 1
Conceptos clave del PAI

Estos conceptos clave proporcionan un marco para el estudio de Educación Física y para la Salud y sirven para organizar las unidades de trabajo, la enseñanza y el aprendizaje.

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.

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.

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.

Conceptos relacionados

Los conceptos relacionados favorecen la profundidad del aprendizaje. Son disciplinarios y resultan útiles para explorar los conceptos clave con más detalle. La indagación sobre los conceptos relacionados ayuda a los alumnos a lograr una comprensión conceptual más compleja y sofisticada. Los conceptos relacionados pueden surgir del tema de una unidad, o de las características y los procesos propios de la asignatura.

La tabla 2 enumera conceptos relacionados para el estudio de Educación Física y para la Salud. Los profesores no tienen por qué limitarse a los conceptos relacionados que se incluyen en esta tabla y pueden elegir otros al planificar las unidades, incluso de distintos grupos de asignaturas.

Conceptos relacionados de Educación Física y para la Salud		
Adaptación	Elección	Energía
Entorno	Equilibrio	Espacio
Función	Interacción	Movimiento
Perfeccionamiento	Perspectiva	Sistemas

Tabla 2
Conceptos relacionados de Educación Física y para la Salud

Los apéndices de la guía incluyen un glosario de estos conceptos relacionados de Educación Física y para la Salud.

Contextos globales para la enseñanza y el aprendizaje

Los contextos globales orientan el aprendizaje hacia la indagación independiente y compartida sobre la condición que nos une como seres humanos y la responsabilidad que compartimos de velar por el planeta. Tomando el mundo como el contexto más amplio para el aprendizaje, en Educación Física y para la Salud del PAI pueden tener lugar exploraciones significativas de:

- La identidades y las relaciones
- La orientación en el espacio y el tiempo
- La expresión personal y cultural
- La innovación científica y técnica
- La globalización y la sustentabilidad
- La equidad y el desarrollo

Los profesores deben identificar un contexto global para la enseñanza y el aprendizaje, o desarrollar otros contextos que ayuden a los alumnos a comprender por qué la indagación es importante.

Muchas indagaciones sobre los conceptos de Educación Física y para la Salud se centran naturalmente en la identidad y las relaciones. No obstante, con el tiempo, los cursos de este grupo de asignaturas deben brindar a los alumnos diversas oportunidades de explorar todos los contextos globales del PAI en relación con los objetivos generales y específicos.

Enunciados de la indagación

Los enunciados de la indagación presentan la comprensión conceptual en un contexto global con el objeto de enmarcar la indagación y orientar el aprendizaje hacia un fin determinado. La tabla 3 muestra algunos ejemplos de enunciados de la indagación para las unidades de Educación Física y para la Salud del PAI.

Enunciado de la indagación	Concepto clave Conceptos relacionados Contexto global	Posible proyecto/estudio
La resolución de conflictos de jugadores y equipos requiere voluntad de cooperación de las distintas partes.	- Comunicación - Perspectivas, interacción - Identidades y relaciones	Función del entrenador
El buen funcionamiento de un equipo requiere que todos sus miembros se comuniquen de forma clara y eficaz.	- Comunicación - Función, sistemas - Expresión personal y cultural	Deportes de equipo
Los miembros de un equipo deben trabajar juntos para desarrollar patrones de movimientos interconectados y de reacción a fin de mantener un equilibrio en sus posiciones.	- Relaciones - Desarrollo, movimiento, patrones, equilibrio - Orientación en el espacio y el tiempo	Dobles en bádminton Dobles en tenis
El uso de tecnología puede influir en la función de los sistemas/ aparatos del cuerpo necesarios para el bienestar físico y mental.	- Relaciones - Sistemas, función - Innovación científica y técnica	Sistemas/aparatos del cuerpo Estilos de vida Deportes de las Olimpiadas Especiales
Los deportistas responden y se adaptan a entornos, desafíos y situaciones cambiantes.	- Cambio - Entorno, adaptación - Globalización y sustentabilidad	Golf Ultimate Frisbee®
Los participantes de un deporte pueden aportar perspectivas diferentes al desarrollo y la aplicación de las reglas.	- Cambio - Perspectiva, elección - Equidad y desarrollo	Problemas en el deporte Educación física y deportiva
Los atletas y los deportistas analizan sus patrones de movimiento para poder perfeccionar su técnica y maximizar la energía de su ejecución.	- Cambio - Perfeccionamiento, movimiento, patrones, energía - Expresión personal y cultural	Atletismo Artes marciales

Tabla 3
Ejemplos de enunciados de la indagación

Preguntas de indagación

Los enunciados de la indagación ayudan a los profesores y los alumnos a identificar preguntas de indagación fácticas, conceptuales y debatibles. Las preguntas de indagación orientan la enseñanza y el aprendizaje, y ayudan a organizar y secuenciar las experiencias de aprendizaje.

La tabla 4 muestra algunas preguntas de indagación posibles para las unidades de Educación Física y para la Salud del PAI.

Preguntas fácticas: Recordar datos y temas	Preguntas conceptuales: Analizar ideas importantes	Preguntas debatibles: Evaluar perspectivas y desarrollar teorías
• ¿Cuáles son las funciones de los distintos jugadores o las distintas posiciones en este deporte? • ¿Cómo pueden comunicarse los miembros de un equipo? • ¿Cuáles son las reglas?	• ¿Cómo podemos establecer un equilibrio entre el cuerpo y la mente? • ¿Por qué el público y el deportista pueden percibir de manera distinta la energía de una ejecución? • ¿Cómo podemos crear espacio utilizable?	• ¿Qué constituye un sistema de comunicación eficaz durante un partido? • ¿Cuáles son las estrategias más eficaces para lograr que un equipo colabore intensamente? • ¿Por qué es necesario cambiar los patrones de movimiento aunque el objetivo final siga siendo el mismo?

Tabla 4

Ejemplos de preguntas fácticas, conceptuales y debatibles

Enfoques del aprendizaje

Todas las unidades de trabajo del PAI ofrecen a los alumnos oportunidades de desarrollar y practicar las habilidades de Enfoques del aprendizaje. Estas habilidades les son de gran ayuda para lograr los objetivos generales y específicos del grupo de asignaturas.

Las habilidades de Enfoques del aprendizaje se clasifican en cinco categorías que son comunes a todos los programas de educación internacional del IB. Dentro de cada categoría, los programas del IB identifican habilidades concretas que pueden presentarse, practicarse y consolidarse dentro y fuera del aula.

Las habilidades de Enfoques del aprendizaje son pertinentes a todos los grupos de asignaturas del PAI; sin embargo, los profesores también pueden encontrar indicadores de estas habilidades que sean exclusivos o particularmente pertinentes para un curso o grupo de asignaturas concreto.

La tabla 5 sugiere algunos de los indicadores que pueden ser importantes en Educación Física y para la Salud.

Categoría	Indicador de habilidad
Habilidades de pensamiento	Evaluar las ventajas y las limitaciones de determinadas jugadas
Habilidades sociales	Ofrecer comentarios específicos sobre técnica que permitan a otros mejorar su rendimiento
Habilidades de comunicación	Desarrollar sistemas de comunicación no verbal para que el equipo se mueva eficazmente
Habilidades de autogestión	Practicar el pensamiento positivo para mejorar la fortaleza mental
Habilidades de investigación	Establecer conexiones entre los diversos aspectos de la salud y cómo influyen en el bienestar

Tabla 5

Ejemplos de indicadores de habilidades específicos de Educación Física y para la Salud

Si se diseñan bien, las actividades de aprendizaje y las evaluaciones brindan a los alumnos oportunidades valiosas para practicar y demostrar las habilidades de Enfoques del aprendizaje. Las unidades del PAI indican explícitamente las habilidades de Enfoques del aprendizaje en las que pueden centrarse la enseñanza y el aprendizaje, y mediante las cuales los alumnos pueden demostrar lo que son capaces de hacer. Las evaluaciones formativas ofrecen información importante para el desarrollo de habilidades concretas, y muchas habilidades de Enfoques del aprendizaje ayudan a los alumnos a demostrar que han cumplido los objetivos específicos del grupo de asignaturas en las evaluaciones sumativas.

La tabla 6 enumera algunas habilidades concretas de Enfoques del aprendizaje que los alumnos pueden demostrar mediante desempeños de comprensión en Educación Física y para la Salud.

Enfoques del aprendizaje
Habilidades de pensamiento (pensamiento crítico): observar tácticas para identificar los puntos fuertes y las limitaciones personales y del equipo Habilidades de comunicación (interacción): prestar atención a la comunicación verbal y las señales no verbales para comprender a los miembros de un equipo durante el juego

Tabla 6

Ejemplos de la demostración de habilidades de Enfoques del aprendizaje en Educación Física y para la Salud

Orientación específica

Tamaño de la clase

En los cursos de Educación Física y para la Salud del PAI, el tamaño de la clase debe ser suficientemente pequeño para garantizar que el entorno de aprendizaje cumpla los requisitos siguientes:

- Supervisión adecuada
- Atención individual y participación de todos los alumnos
- Acceso adecuado a materiales e instalaciones
- Experiencias de aprendizaje seguras y agradables para todos los alumnos

Tiempo dedicado a actividades físicas

Se debe dedicar **como mínimo** el 50% del total de horas lectivas de los cursos de Educación Física y para la Salud a la realización de actividades físicas. Se recomienda dedicar al menos el 75% del total de horas lectivas de los cursos de este grupo de asignaturas a la realización de actividades físicas.

Promoción del acceso y la inclusión

Todos los alumnos deben cursar Educación Física y para la Salud. La actividad física es especialmente importante para muchos alumnos con discapacidad, pues está demostrado su efecto en el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas y sociales. El ejercicio habitual puede ayudar a los alumnos a controlar sus emociones, reducir la ansiedad y mejorar la autoestima y la concentración. En este grupo de asignaturas, si hay alumnos con dificultades físicas y emocionales, es necesario planificar cuidadosamente las experiencias de aprendizaje para lograr buenos resultados y que los alumnos las disfruten. Los alumnos con discapacidad pueden enfrentarse a numerosas barreras para participar plenamente en la educación física (por ejemplo, limitaciones en el acceso físico, el transporte o la preparación de los docentes). Sin embargo, con la preparación adecuada, las comunidades escolares pueden trabajar conjuntamente para minimizar y eliminar estas barreras.

La inclusión en los cursos de Educación Física y para la Salud requiere que los colegios y los docentes evalúen el potencial de los alumnos y les ofrezcan un entorno de aprendizaje en el que se valoren el progreso y el desarrollo.

Correspondencia entre los objetivos específicos y los criterios de evaluación

En el PAI, la evaluación se corresponde estrechamente con el currículo escrito y enseñado. Cada aspecto de los objetivos específicos de Educación Física y para la Salud del PAI se corresponde con un aspecto de los criterios de evaluación de este grupo de asignaturas. La figura 3 ilustra esta correspondencia y la creciente complejidad de los requisitos que deben cumplir los alumnos en los niveles de logro superiores.

C Aplicación y ejecución

Al final del quinto año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas
- ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento
- iii. Analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas de modo poco eficaz ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento de modo poco eficaz iii. Evoca información para ejecutar acciones
3-4	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento iii. Identifica y aplica información para ejecutar acciones
5-6	El alumno: i. Demuestra y aplica una variedad de habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Analiza y aplica información para ejecutar acciones
7-8	El alumno: i. Demuestra y aplica una variedad de habilidades y técnicas complejas ii. Demuestra y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento complejos iii. Analiza y aplica información para ejecutar acciones eficazmente

Figura 3

Correspondencia entre los objetivos específicos y los criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud

Resumen de los criterios de evaluación

La evaluación de los cursos de Educación Física y para la Salud en todos los años del programa se basa en cuatro criterios que tienen la misma ponderación:

Criterio A	Conocimiento y comprensión	Máximo 8
Criterio B	Planificación del rendimiento	Máximo 8
Criterio C	Aplicación y ejecución	Máximo 8
Criterio D	Reflexión y mejora del rendimiento	Máximo 8

Los grupos de asignaturas **deben** evaluar **todos** los aspectos de **todos** los criterios de evaluación **al menos dos veces** en **cada año** del PAI.

En el PAI, los objetivos específicos de los grupos de asignaturas se corresponden con los criterios de evaluación. Cada criterio tiene ocho niveles de logro posibles (1–8), divididos en cuatro bandas que generalmente representan un desempeño limitado (1–2), adecuado (3–4), considerable (5–6) y excelente (7–8). Cada banda tiene su propio descriptor, y los profesores utilizan su juicio profesional para determinar cuál de los descriptores refleja más adecuadamente los progresos y logros de los alumnos.

Esta guía incluye los **criterios de evaluación que deben utilizarse** en el primer, tercer y quinto año de Educación Física y para la Salud del PAI. A fin de cumplir con los requisitos nacionales o locales, los colegios pueden añadir otros criterios y emplear modelos de evaluación adicionales, pero deben utilizar los criterios de evaluación adecuados tal como aparecen publicados en esta guía para comunicar los logros finales de los alumnos en el programa.

Los profesores clarifican lo que se espera de los alumnos en cada tarea de evaluación sumativa haciendo referencias directas a estos criterios de evaluación. Las clarificaciones específicas de cada tarea deben explicar claramente lo que se espera que sepan y hagan los alumnos. Esto puede hacerse mediante:

- Una versión de los criterios de evaluación adecuados adaptada a la tarea
- Una explicación a la clase, ya sea de manera presencial o virtual
- Instrucciones detalladas para la tarea

Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: primer año

Criterio A: Conocimiento y comprensión

Máximo: 8

Al final del primer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Esbozar 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
- iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Evoca algunos conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para esbozar cuestiones iii. Evoca terminología relacionada con la actividad física y la salud
3-4	El alumno: i. Evoca conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para esbozar cuestiones y sugerir soluciones a problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión de modo poco eficaz
5-6	El alumno: i. Indica conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para esbozar cuestiones y resolver problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión

7-8	El alumno: Esboza conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para describir cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud sistemáticamente 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

Máximo: 8

Al final del primer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Elaborar y esbozar un plan para mejorar la salud o la actividad física
- ii. Describir la eficacia de un plan en función del resultado

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1–2	El alumno: i. Indica planes para mejorar la salud o la actividad física ii. Indica la eficacia de un plan
3–4	El alumno: i. Esboza un plan básico para mejorar la salud o la actividad física ii. Indica la eficacia de un plan en función del resultado
5–6	El alumno: i. Esboza un plan para mejorar la salud o la actividad física ii. Identifica la eficacia de un plan en función del resultado
7–8	El alumno: i. Elabora y esboza un plan para mejorar la salud o la actividad física ii. Describe la eficacia de un plan en función del resultado

Notas para el criterio B

- 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 C: Aplicación y ejecución

Máximo: 8

Al final del primer año, el alumno deberá ser capaz de:

- Evocar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas
- Evocar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento
- Evocar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: Evoca algunas habilidades y técnicas Evoca algunas estrategias y conceptos de movimiento Aplica información para ejecutar acciones de modo poco eficaz
3-4	El alumno: Evoca habilidades y técnicas Evoca estrategias y conceptos de movimiento Aplica información para ejecutar acciones
5-6	El alumno: Evoca y aplica habilidades y técnicas Evoca y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento Aplica información para ejecutar acciones eficazmente
7-8	El alumno: Evoca y aplica una variedad de habilidades y técnicas Evoca y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento Evoca y aplica información para ejecutar acciones eficazmente

Notas para el criterio C

- Se debe usar el criterio C para evaluar **situaciones de ejecución o juego**.
- La capacidad de los alumnos de evocar y aplicar **habilidades y técnicas** puede incluir: precisión, eficacia, control, coordinación, sincronización, soltura, velocidad y potencia.
- La capacidad de los alumnos de evocar 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 evocar 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.

Criterio D: Reflexión y mejora del rendimiento

Máximo: 8

Al final del primer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Identificar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales
- ii. Identificar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento
- iii. Describir y resumir el rendimiento

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Indica una estrategia para mejorar las habilidades interpersonales ii. Indica una meta para mejorar el rendimiento iii. Describe el rendimiento
3-4	El alumno: i. Enumera estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Indica una meta y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Resume el rendimiento
5-6	El alumno: i. Identifica estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Enumera metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Esboza y resume el rendimiento
7-8	El alumno: i. Identifica y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Identifica metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Describe y resume el rendimiento

Nota 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.

Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: tercer año

Criterio A: Conocimiento y comprensión

Máximo: 8

Al final del tercer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Describir conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud
- ii. Aplicar conocimientos de Educación Física y para la Salud para explicar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas
- iii. Aplicar terminología relacionada con la actividad física y la salud eficazmente para transmitir su comprensión

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Evoca conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para esbozar cuestiones y sugerir soluciones a problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión de modo poco eficaz
3-4	El alumno: i. Indica conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Identifica conocimientos de Educación Física y para la Salud para describir cuestiones y resolver problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión
5-6	El alumno: i. Esboza conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para describir cuestiones y resolver problemas en situaciones conocidas, y sugerir soluciones a problemas en situaciones desconocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud sistemáticamente para transmitir su comprensión

Nivel de logro	Descriptor de nivel
7-8	El alumno: Describe conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para explicar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud sistemática y 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

Máximo: 8

Al final del tercer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Diseñar y explicar un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud
- ii. Explicar la eficacia de un plan en función del resultado

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1–2	El alumno: i. Esboza un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Indica la eficacia de un plan en función del resultado
3–4	El alumno: i. Elabora y esboza un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Esboza la eficacia de un plan en función del resultado
5–6	El alumno: i. Elabora y explica un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Describe la eficacia de un plan en función del resultado
7–8	El alumno: i. Diseña y explica un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud ii. Explica la eficacia de un plan en función del resultado

Notas para el criterio B

- 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 C: Aplicación y ejecución

Máximo: 8

Al final del tercer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas
- ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento
- iii. Esbozar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Evoca y aplica habilidades y técnicas de modo poco eficaz ii. Evoca y aplica estrategias y conceptos de movimiento de modo poco eficaz iii. Evoca y aplica información para ejecutar acciones
3-4	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas de modo poco eficaz ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento de modo poco eficaz iii. Identifica y aplica información para ejecutar acciones
5-6	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento iii. Identifica y aplica información para ejecutar acciones eficazmente
7-8	El alumno: i. Demuestra y aplica una variedad de habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Esboza y aplica información para ejecutar acciones eficazmente

Notas para el criterio C

- 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 esbozar 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.

Criterio D: Reflexión y mejora del rendimiento

Máximo: 8

Al final del tercer año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Describir y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales
- ii. Esbozar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento
- iii. Explicar y evaluar el rendimiento

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Identifica estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Enumera metas para mejorar el rendimiento iii. Resume el rendimiento
3-4	El alumno: i. Identifica y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Identifica metas para mejorar el rendimiento iii. Esboza y resume el rendimiento
5-6	El alumno: i. Esboza y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Identifica metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Esboza y evalúa el rendimiento
7-8	El alumno: i. Describe y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Esboza metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Explica y evalúa 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.

Criterios de evaluación de Educación Física y para la Salud: quinto año

Criterio A: Conocimiento y comprensión

Máximo: 8

Al final del quinto año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Explicar conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud
- 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 eficazmente para transmitir su comprensión

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Indica conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para investigar cuestiones y sugerir soluciones a problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión de modo poco eficaz
3-4	El alumno: i. Esboza conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para analizar cuestiones y resolver problemas en situaciones conocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud para transmitir su comprensión
5-6	El alumno: i. Identifica conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud ii. Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para analizar cuestiones y resolver problemas en situaciones tanto conocidas como desconocidas iii. Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud sistemáticamente para transmitir su comprensión

Nivel de logro	Descriptor de nivel
7-8	El alumno: Explica conocimientos fácticos, procedimentales y conceptuales de Educación Física y para la Salud Aplica conocimientos de Educación Física y para la Salud para analizar cuestiones complejas y resolver problemas complejos en situaciones tanto conocidas como desconocidas Aplica terminología relacionada con la actividad física y la salud sistemática y 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

Máximo: 8

Al final del quinto año, el alumno deberá ser capaz de:

- Diseñar, explicar y justificar planes para mejorar el rendimiento físico y la salud
- Analizar y evaluar la eficacia de un plan en función del resultado

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1–2	El alumno: Elabora y esboza un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud Esboza la eficacia de un plan en función del resultado
3–4	El alumno: Elabora y describe un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud Explica la eficacia de un plan en función del resultado
5–6	El alumno: Diseña y explica un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud Analiza la eficacia de un plan en función del resultado
7–8	El alumno: Diseña, explica y justifica un plan para mejorar el rendimiento físico y la salud Analiza y evalúa la eficacia de un plan en función del resultado

Notas para el criterio B

- 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 C: Aplicación y ejecución

Máximo: 8

Al final del quinto año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Demostrar y aplicar una variedad de habilidades y técnicas
- ii. Demostrar y aplicar una variedad de estrategias y conceptos de movimiento
- iii. Analizar y aplicar información para ejecutar acciones eficazmente

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas de modo poco eficaz ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento de modo poco eficaz iii. Evoca información para ejecutar acciones
3-4	El alumno: i. Demuestra y aplica habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica estrategias y conceptos de movimiento iii. Identifica y aplica información para ejecutar acciones
5-6	El alumno: i. Demuestra y aplica una variedad de habilidades y técnicas ii. Demuestra y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento iii. Analiza y aplica información para ejecutar acciones
7-8	El alumno: i. Demuestra y aplica una variedad de habilidades y técnicas complejas ii. Demuestra y aplica una variedad de estrategias y conceptos de movimiento complejos iii. Analiza y aplica información para ejecutar acciones eficazmente

Notas para el criterio C

- 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.

Criterio D: Reflexión y mejora del rendimiento

Máximo: 8

Al final del quinto año, el alumno deberá ser capaz de:

- i. Explicar y demostrar estrategias para mejorar las habilidades interpersonales
- ii. Desarrollar metas y aplicar estrategias para mejorar el rendimiento
- iii. Analizar y evaluar el rendimiento

Nivel de logro	Descriptor de nivel
0	El alumno no alcanza ninguno de los niveles especificados por los descriptores que figuran a continuación.
1-2	El alumno: i. Identifica y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Identifica metas para mejorar el rendimiento iii. Esboza y resume el rendimiento
3-4	El alumno: i. Esboza y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Esboza metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Describe y resume el rendimiento
5-6	El alumno: i. Describe y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Explica metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Explica y evalúa el rendimiento
7-8	El alumno: i. Explica y demuestra estrategias para mejorar las habilidades interpersonales ii. Desarrolla metas y aplica estrategias para mejorar el rendimiento iii. Analiza y evalúa 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.

Evaluación electrónica

Los alumnos que deseen obtener **resultados de los cursos del PAI del IB** para Educación Física y para la Salud deben completar una carpeta electrónica en la que demuestren haber cumplido los objetivos específicos del grupo de asignaturas. Esta carpeta la corrigen el profesor o los profesores del alumno una vez que ha tenido lugar en el colegio la estandarización interna de las tareas y valoraciones realizadas con respecto a los criterios de evaluación del quinto año. Los resultados satisfactorios pueden contribuir a la obtención del **certificado del PAI del IB** por parte de los alumnos.

Un proceso de moderación externa garantiza la aplicación coherente de estándares adecuados, como se explica en la publicación *Guía para la evaluación electrónica del PAI*.

Conceptos relacionados de Educación Física y para la Salud

Concepto relacionado	Definición
Adaptación	La adaptación es el ajuste o modificación de una habilidad, técnica, estrategia, táctica, proceso o elección para que responda más adecuadamente a las necesidades de una situación o aplicación. La adaptación puede ser necesaria como resultado de influencias del entorno, comentarios recibidos (internos o externos), interacciones entre jugadores, interacciones entre equipos y los resultados de decisiones tomadas.
Elección	La elección implica decidir entre al menos dos alternativas sabiendo que, al optar por una, tendremos que prescindir de las otras. Para elegir, es necesario evaluar la situación y considerar los recursos disponibles. Hay situaciones que requieren tomar decisiones rápidamente (por ejemplo, en una situación de juego). Otras situaciones ofrecen más tiempo para considerar las opciones (por ejemplo, las relativas a la nutrición y el acondicionamiento físico).
Energía	La energía es una entidad fundamental que se transfiere entre partes de un sistema cuando se produce un cambio en dicho sistema. Es la capacidad para realizar un trabajo y, como tal, la forma y la cantidad de energía que requiere una persona depende de la tarea que está realizando. La recuperación de los niveles de energía de una persona depende de una serie de factores, como el descanso, la ingesta nutricional y el tiempo. Los niveles de energía influyen en todos los aspectos de nuestra vida, desde la capacidad para pensar y tomar decisiones eficaces hasta la capacidad de estar físicamente activos.
Entorno	El entorno son las circunstancias, objetos o condiciones que nos rodean. La ejecución eficaz de las técnicas, habilidades, estrategias y tácticas se ve influenciada por factores del entorno. Para tener éxito, los deportistas deben comprender las influencias de su entorno. El entorno no tiene por qué ser físico: el entorno digital, y en particular los medios sociales, tiene un efecto considerable en la salud personal, mental, emocional y social.
Equilibrio	El equilibrio es un estado de compensación entre factores encontrados, opuestos o que interactúan entre sí. El equilibrio puede darse de muchas formas, como la integración estéticamente agradable de elementos en rutinas de movimientos, la estabilidad de un equipo dada por la distribución adecuada de sus jugadores, la manera de juzgar y tomar decisiones sobre estilos de vida o el hecho de otorgar la misma importancia a cada dimensión de la salud.
Espacio	El espacio se refiere a las dimensiones físicas de un área de ejecución o juego (por ejemplo, una pista de bádminton), a la distancia entre personas u objetos (por ejemplo, la línea de ataque y la línea defensiva en los deportes de campo), y a la oportunidad de experimentar algo (por ejemplo, espacio para descubrir la identidad). El espacio se puede crear, adaptar, determinar, utilizar, tomar, ganar y perder; por tanto, el “espacio” rara vez es absoluto.

Concepto relacionado	Definición
Función	La función es la acción o el propósito específicos para los que se diseña o se usa algo. Las funciones pueden ser voluntarias o involuntarias. La función puede formar parte de un grupo de acciones relacionadas que contribuyen a una acción mayor; por ejemplo, la función del corazón contribuye a la salud general del cuerpo humano, o la función del colocador en un equipo de voleibol es dirigir el ataque de su equipo. En la elección y eficacia de las funciones puede influir una variedad de factores.
Interacción	La interacción es la acción que se ejerce recíprocamente entre dos o más objetos, grupos o ideas. Las interacciones pueden darse de diversas formas, por ejemplo, verbal, física y digital. Dependiendo de su naturaleza, las interacciones satisfactorias pueden mejorar los resultados personales, sociales y del rendimiento.
Movimiento	El movimiento se refiere a las formas en que los objetos cambian de lugar o de posición. Los movimientos deportivos generalmente se dividen en dos categorías: ofensivos (de ataque) y defensivos; sin embargo, dentro de estas categorías existen varios grados. También puede haber movimiento en relación con los pensamientos y las ideas, y este tipo de movimiento depende de que las personas se pongan de acuerdo con respecto a una causa o ideal concreto.
Perfeccionamiento	El perfeccionamiento es el proceso de modificar algo para mejorar su eficacia general. Pueden perfeccionarse comportamientos personales, procesos de pensamiento, técnicas, tácticas y estrategias. El perfeccionamiento se basa en las observaciones y comentarios recibidos, ya sean internos o externos.
Perspectiva	La perspectiva permite lograr diferentes interpretaciones, comprensiones y hallazgos. Se pueden adquirir nuevas perspectivas poniéndose en el lugar de otras personas y tratando de entender sus opiniones y motivaciones. Las personas adquieren perspectiva escuchando a los demás y considerando dónde coinciden o difieren sus puntos de vista. Buscar y considerar diversas perspectivas es crucial para el desarrollo de la salud personal, mental y social, así como para la capacidad de concebir técnicas, tácticas y estrategias deportivas eficaces.
Sistemas	Los sistemas son conjuntos de componentes interdependientes o que interactúan y que constituyen un todo indivisible. Todas las personas y comunidades dependen de diversos sistemas que, actuando conjuntamente, aportan la estructura y los procesos que necesitan para funcionar eficazmente. Para que un juego sea eficaz, los participantes deben comprender diversos sistemas, sus componentes e interacciones. Los sistemas suelen ser dinámicos, ya que a menudo es necesario adaptarlos para responder a circunstancias cambiantes.

Glosario de Educación Física y para la Salud

Término	Definición
Actividad intramuros	Competición o actividad celebrada en el colegio.
Deporte interescolar	Competición deportiva o encuentro amistoso entre distintos colegios.
Estrategia	Plan de acción concebido para lograr un objetivo general que incluye tácticas.
Fluidez	Hace referencia a la armonía y continuidad de los movimientos y su enlace.
Fuerza	Hace referencia al grado de energía del movimiento.
Habilidad	Capacidad adquirida o desarrollada mediante la práctica o la experiencia.
Rutina de movimientos estéticos	Forma visualmente atractiva de secuenciar acciones físicas relacionadas.
Situación (des)conocida	Condiciones (des)conocidas o de las que los alumnos (no) tienen experiencia o conocimientos previos.
Situación de ejecución o juego	Situación en la que el alumno participa físicamente en un juego (deporte) o actividad (rutina de movimientos). No se consideran situaciones de ejecución o juego aquellas en las que el alumno no participa físicamente.
Táctica	Maniobra o acción planificada para lograr un objetivo específico.
Trayectoria del proyectil	Movimiento de un objeto en el espacio.

Términos de instrucción del PAI en Educación Física y para la Salud

Término de instrucción	Definición
Analizar	Separar [las partes de un todo] hasta llegar a identificar los elementos esenciales o la estructura. (Identificar partes y relaciones, e interpretar información para llegar a conclusiones.)
Aplicar	Utilizar los conocimientos y la comprensión como respuesta a una situación determinada o a circunstancias reales. Usar una idea, ecuación, principio, teoría o ley en relación con un determinado problema o tema.
Demostrar	Aclarar mediante razonamientos o datos, ilustrando con ejemplos o aplicaciones prácticas.
Describir	Exponer detalladamente una situación, evento, patrón o proceso.
Diseñar	Idear un plan, una simulación o un modelo.
Elaborar	Mostrar información de forma lógica o con un diagrama.
Enumerar	Proporcionar una lista de respuestas cortas sin ningún tipo de explicación.
Esbozar	Exponer brevemente o a grandes rasgos.
Evaluar	Realizar una valoración de los puntos fuertes y débiles.
Evocar	Recordar o reconocer basándose en experiencias previas de aprendizaje.
Explicar	Exponer detalladamente las razones o causas de algo. (Véase también "Justificar".)
Identificar	Dar una respuesta entre un número de posibilidades. Reconocer e indicar brevemente una característica o dato distintivo.
Indicar	Especificar un nombre, un valor o cualquier otro tipo de respuesta corta sin aportar explicaciones ni cálculos.
Investigar	Observar, estudiar o realizar un examen detallado y sistemático para probar hechos y llegar a nuevas conclusiones.
Justificar	Proporcionar razones o pruebas válidas que respalden una respuesta o conclusión. (Véase también "Explicar".)
Resolver	Obtener la respuesta (o respuestas) utilizando métodos apropiados.
Resumir	Sintetizar un tema general o los conceptos principales.
Sugerir	Proponer una solución, una hipótesis u otra posible respuesta.

Lecturas seleccionadas

BIDDLE, S.; GOUDAS, M. "Effort is virtuous: Teacher preferences of pupil effort, ability and grading in physical education". *Educational Research*. 2007. Vol. 39, núm. 3, p. 350-355.

BOWERS, A. J. "Reconsidering grades as data for decision making: More than just academic knowledge". *Journal of Educational Administration*. 2009. Vol. 47, núm. 5, p. 609-629.

CHADBOURNE, R. *Middle Schooling for the Middle Years: What Might the Jury be Considering?* Southbank, Victoria (Australia): Australian Education Union, 2001.

DOWDEN, T. "Challenging, integrative and exploratory curriculum design: Theory and practice for middle level schooling in Australia". *The Australian Educational Researcher*. 2007. Vol. 3, núm. 2, p. 51-71.

EVANS, J. "Making a difference? Education and ability in physical education". *European Physical Education Review*. Febrero de 2004. Núm. 10, p. 95-108.

HELLISON, D. "Teaching personal and social responsibility in physical education". En: Silverman, S.; Ennis, C. *Student Learning in Physical Education: Applying Research to Enhance Instruction*. Champaign, Illinois (Estados Unidos): Human Kinetics, 2003, p. 269-286.

JAMES, A.; GRIFFIN, L.; DODDS, P. "Perceptions of middle school assessment: An ecological view". *Physical Education & Sport Pedagogy*. 2009. Vol. 14, núm. 3, p. 241-251.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. *Skills for Health. Skills-based health education including life skills: An important component of a child-friendly/health-promoting school* [en línea]. Information series on school health, document 9. <http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_skills4health_03.pdf>.

WRIGHT, J. *Critical Inquiry and Problem-Solving in Physical Education*. Londres (Reino Unido): Routledge, 2004.

WRIGHT, M. "Blending assessment into instruction: Practical applications and meaningful results". *The Journal of Physical Education, Recreation & Dance* (JOPERD). Women of Diversity Productions, 2004. Vol. 75, núm. 9, p. 29-34.