

Guía para las Normas académicas de Colorado



Educación física

Dos
Escuela secundaria

Trabajamos juntos

Para apoyar a las familias y a los maestros a lograr las metas de las Normas académicas de Colorado, esta guía ofrece una idea general de las expectativas de aprendizaje para la educación física dos en la escuela secundaria y ofrece algunas posibles experiencias de aprendizaje en las que podrían participar los alumnos durante este tiempo.

¿Por qué normas?

Creadas por los residentes de Colorado para los alumnos de Colorado, las Normas académicas de Colorado ofrecen un plan de acción grado a grado para ayudar a garantizar que los alumnos tengan finalmente éxito en la universidad, sus profesiones y la vida. Las normas tienen por objeto mejorar lo que los alumnos aprenden y cómo lo aprenden en diez áreas de contenido; poniendo énfasis en el pensamiento crítico, la creatividad, la resolución de problemas, la colaboración y la comunicación como habilidades importantes para la vida cotidiana en el siglo 21.

Educación física en las escuelas secundarias (9-12)

Las normas de educación física del sexto al duodécimo grado se centran en mejorar los componentes del estado físico relacionados con la salud y los componentes del estado físico y la actividad personal relacionados con las habilidades. En cada grado, las normas requieren que los alumnos perfeccionen varios conceptos de movimiento, evalúen los comportamientos personales, conecten el desarrollo del estado físico con los sistemas corporales y utilicen procedimientos de seguridad durante las actividades físicas. Además, en los años de la escuela secundaria, se pide a los alumnos que desarrollen planes de estado físico personal para reflexionar sobre los beneficios de comprometerse con hábitos de salud y bienestar de por vida.

¿Dónde puedo informarme más?

- Comuníquese con su distrito escolar respecto a las decisiones locales con relación a las normas, el currículo, los recursos y la enseñanza.
- Folletos de Normas académicas de Colorado: <http://www.cde.state.co.us/standardsandinstruction/GradeLevelBooks.asp>
- Phyllis Reed, Especialista en contenido de salud integral y educación física, 720-498-2059, Reed_p@cde.state.co.us



COLORADO
Department of Education

Colorado
PTA
everychild. onevoice.



Al finalizar la escuela secundaria,
los alumnos pueden...



Educación física

Dos
Escuela secundaria



COLORADO
Department of Education

www.cde.state.co.us

Colorado
PTA
everychild. onevoice.
www.copta.org

Aprendizaje de educación física Expectativas para la escuela secundaria (dos)

Competencia y comprensión del movimiento

Participar en un nivel adecuado en una diversidad de actividades físicas de por vida; analizar el impacto cognitivo del movimiento; aplicar reglas, principios, habilidades para resolver problemas y conceptos a entornos de movimiento tradicionales y no tradicionales.

Bienestar físico y personal

Establecer objetivos de acuerdo a la información de evaluación de estado físico, y desarrollar, implementar, lograr y controlar un plan individual de salud y estado físico; acceder a recursos comunitarios y participar en actividades físicas que mejoren la salud para mantener un buen estado físico de por vida.

Bienestar emocional y social

Demostrar respeto por las diferencias individuales en los entornos de actividad física; colaborar, cooperar y aplicar habilidades de liderazgo para fomentar el comportamiento responsable en un entorno grupal.

Prevención y control de riesgos

Evaluar los factores de riesgo y seguridad involucrados en la participación en actividades físicas; demostrar conocimiento de procedimientos de seguridad y de respuesta a emergencias.

Durante toda la secundaria, puede encontrar que los alumnos...

- Aplican estrategias ofensivas, defensivas, de entrenamiento, de arbitraje, y de transición avanzadas en deportes y juegos.
- Evalúan las respuestas psicológicas de la actividad física y aplican información cognitiva para entender y mejorar la adquisición y el desempeño de las habilidades motrices.
- Crean y modifican planes de práctica y entrenamiento de acuerdo con los comentarios y sugerencias de evaluación sobre la adquisición de habilidades y el desempeño en una diversidad de actividades de por vida.
- Examinan la información de evaluación del estado físico y desarrollan un plan que muestra el avance personal hacia los objetivos de estado físico, incluido el control de niveles personales de estado físico dentro de cada uno de los cinco componentes del estado físico relacionados con la salud; acceden a oportunidades de actividades físicas en la escuela y la comunidad.
- Usan conceptos de seguridad en una escuela o centro de gimnasia de la comunidad al inspeccionar e informar sobre equipos inseguros, así como también ayudan eficazmente a levantar pesas de forma segura y realizan diversos ejercicios de manera segura.
- Analizan los principios de biomecánica (movimiento, resistencia) y psicología del ejercicio necesarios para la ejecución segura de actividades físicas.