

EDUCACIÓN BÁSICA REGULAR – NIVEL SECUNDARIA – EDUCACIÓN FÍSICA

El presente temario tiene el propósito de orientar a los participantes en la revisión de los conocimientos que serán evaluados en la Prueba Única Nacional del Concurso Público de Ingreso a la Carrera Pública Magisterial en Instituciones Educativas Públicas de Educación Básica - 2020.

Tenga en cuenta que los temas presentados a continuación serán abordados principalmente desde el punto de vista de su aplicación en la práctica pedagógica. En este sentido, la prueba demanda una adecuada comprensión de los mismos de tal forma que posibiliten su puesta en uso en la actividad docente de aula y el quehacer pedagógico en general.

PRINCIPIOS, TEORÍAS Y ENFOQUES VINCULADOS A LA PRÁCTICA PEDAGÓGICA

- Principios de la educación peruana
- Constructivismo y socioconstructivismo
- Enfoque por competencias en el Currículo Nacional (competencias, capacidades, estándares y desempeños)
- Enfoques transversales en el Currículo Nacional
- Aprendizajes significativos
- Activación y recojo de saberes previos
- Conflicto o disonancia cognitiva
- Demanda cognitiva
- Evaluación y retroalimentación
- Gestión de los aprendizajes: aprendizaje autónomo, toma de decisiones, metacognición
- Procesos auxiliares del aprendizaje: atención, motivación, recuperación, transferencia, andamiaje
- Convivencia democrática y clima de aula
- Uso de las TIC para el aprendizaje
- Trabajo colaborativo
- Características y desarrollo del estudiante y su relación con el aprendizaje: desarrollo cognitivo, socioemocional y de la identidad

DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS Y CAPACIDADES DEL ÁREA CURRICULAR

La evaluación del área de Educación Física está centrada en el conocimiento didáctico que favorece el desarrollo de las competencias y capacidades del área. Es necesario que el docente posea un manejo solvente de los contenidos disciplinares y estrategias didácticas del área, que identifique las dificultades frecuentes de los estudiantes, que sea capaz de utilizar el error como oportunidad para aprender, y que retroalimente de forma oportuna a los estudiantes en función de sus necesidades de aprendizaje.

Fundamentos y enfoque del área:

- Fundamentos del enfoque de corporeidad
- Principios pedagógicos de la Educación Física
- Estrategias motrices orientadas a desarrollar el enfoque del área
- Estrategias de inclusión y atención a NEE de los estudiantes según el enfoque de área
- Construcción de la corporeidad por medio de la motricidad

Metodología de intervención pedagógica

- Métodos de enseñanza
- Estilos de enseñanza
- Fases de la secuencia didáctica para el desarrollo de capacidades del área

Capacidades físicas

- Características, clasificación y desarrollo de la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad
- Estrategias y actividades para el desarrollo de la fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad
- Estrategias para el desarrollo de la agilidad y destreza

Capacidades coordinativas

- Características, evolución y estrategias para el desarrollo de la coordinación general y específica
- Construcción de la corporeidad y la estructuración del esquema corporal, y estrategias para su desarrollo
- Estrategias para el desarrollo de la percepción corporal, espacial y temporal
- Estrategias para el desarrollo de la expresión corporal
- Estrategias para el desarrollo de la danza como expresión y comunicación
- Estrategias psicomotrices vinculadas con las áreas de desarrollo motor

Capacidades sociomotrices

- Desarrollo sociomotriz, interacción grupal, trabajo cooperativo y colaborativo
- Desarrollo del pensamiento estratégico, táctico
- Actividades físicas en el medio natural

Habilidades motrices

- Habilidades motrices (básicas, genéricas y específicas): niveles y procesos de adquisición
- Características y desarrollo de las habilidades locomotoras, no locomotoras y manipulativas
- La percepción corporal: conciencia, imagen y esquema
- Estrategias motrices para desarrollar la percepción corporal
- Nociones espacio-temporales
- Expresión corporal
- La autonomía a través de la motricidad: estrategias para su desarrollo
- Planos y ejes corporales

Sistemas Energéticos

- Características y tipos de actividades aeróbicas y anaeróbicas
- Intensidad y duración de las actividades
- Estrategias para desarrollar tipos de resistencia
- Frecuencia cardíaca
- Consumo de oxígeno

Estado físico

- Condición física: evaluación, elaboración de instrumentos de medición, test físico-motrices
- Cineantropometría, Índice de Masa Corporal (IMC), somatotipo
- Métodos de ejercitación: circuitos, pruebas físicas
- Técnicas para medir las pulsaciones
- Función de los grandes sistemas fisiológicos durante la actividad física

Cuidado del cuerpo y la salud

- Actividad física, nutrición, alimentación, hidratación y hábitos de higiene del estudiante para el cuidado de su salud
- Actividad física en enfermedades no transmisibles
- Principios básicos de primeros auxilios, lesiones deportivas más comunes
- Procedimientos de seguridad personal, prevención de accidentes en la actividad física y ejercicios de riesgo

El juego

- Estrategias lúdicas: función y características del juego en situaciones motrices
- El juego como medio para el desarrollo del pensamiento estratégico y táctico
- Tipos de juego: predeportivo, deportivo, tradicional, sensorial, rítmico, motor

Disciplinas deportivas

- Fundamentos del predeporte y deporte: atletismo, gimnasia, vóleybol, fútbol, baloncesto, balonmano, ajedrez, natación
- Fundamentos de la técnica, táctica y estrategia en los deportes
- Metodología de la enseñanza de la técnica y táctica
- Reglas básicas de los deportes, fair play
- Estrategias de enseñanza de las reglas básicas de los deportes en situaciones lúdico-deportivas
- Entrenamiento deportivo: principios, planificación, estrategia y contraindicaciones
- Planificación deportiva, programación y fixture