

EDUCACIÓN BÁSICA REGULAR

EBR Primaria

Educación Física

A64-EBRP-11

Concurso de Ascenso
Educación Básica

Convocatoria 2025



PERÚ

Ministerio
de Educación

INSTRUCCIONES

Esta prueba contiene 60 preguntas. A continuación, se presenta la cantidad mínima de preguntas que usted debe acertar para clasificar a la siguiente etapa según la escala magisterial a la que postula:

- Si usted está postulando a la segunda escala, debe acertar al menos 36 preguntas.
- Si usted está postulando a la tercera escala, debe acertar al menos 38 preguntas.
- Si usted está postulando a la cuarta escala, debe acertar al menos 40 preguntas.
- Si usted está postulando a la quinta escala, debe acertar al menos 42 preguntas.
- Si usted está postulando a la sexta escala, debe acertar al menos 44 preguntas.
- Si usted está postulando a la séptima escala, debe acertar al menos 46 preguntas.
- Si usted está postulando a la octava escala, debe acertar al menos 46 preguntas.

El tiempo máximo para el desarrollo de las 60 preguntas es de **3 horas**. Usted puede administrar dicho tiempo como lo estime conveniente.

Al terminar de resolver la prueba, usted podrá llevarse su cuadernillo, pero recuerde que **solo** podrá hacerlo siempre y cuando hayan transcurrido al menos **2 horas y 30 minutos** desde el inicio del desarrollo de la prueba.

Recuerde que **NO** debe portar objetos prohibidos, realizar suplantación, copiar o intentar copiar, arrancar o sustraer parte del cuadernillo o ficha de respuestas durante la aplicación de la prueba. De lo contrario, su prueba será anulada y será retirado del local de evaluación.

ORIENTACIONES PARA EL MARCADO DE LA FICHA DE RESPUESTAS

Cada pregunta presenta 3 alternativas de respuesta (A, B y C). Marque la alternativa que considere correcta en la ficha verificando que corresponde a la pregunta de su cuadernillo.

Al marcar sus respuestas, tome en cuenta las siguientes indicaciones:

- Use el lápiz que el aplicador le entregó.
- Marque solo una alternativa de respuesta por pregunta, rellenando el círculo completamente de la siguiente manera: ● .
- **NO** debe deteriorar su ficha de respuestas. Evite borrones o enmendaduras, pues podrían afectar la lectura de su ficha.
- **NO** se tomarán en cuenta las respuestas marcadas en el cuadernillo, sino solo aquellas marcadas en su ficha de respuestas.

El correcto marcado de la ficha de respuestas es de su **exclusiva responsabilidad** y debe ser realizado conforme a lo señalado en estas indicaciones.

Cuando el aplicador dé la indicación de inicio de la prueba, y antes de resolverla, verifique con detenimiento que el cuadernillo contenga las 60 preguntas **correspondientes a su grupo de inscripción** y que la prueba no presente algún error de impresión o de compaginación. Si esto ocurriera, **avise** al aplicador para que le ofrezca el apoyo respectivo.

No pase aún esta página. Espere la indicación del aplicador para comenzar.

Pregunta 1

En una IE, se está realizando una reunión colegiada sobre los documentos de gestión pedagógica. En este contexto, los docentes están compartiendo sus ideas sobre una gestión escolar que considere los valores del enfoque inclusivo. ¿Cuál de los siguientes comentarios de los docentes se alinea a dichos valores?

Alternativa **A**

“La escuela debe contribuir a que los estudiantes con discapacidad puedan tener desempeños como los de sus compañeros que no tienen esa condición”.

Alternativa **B**

“La escuela debe favorecer que los estudiantes con discapacidad cuenten con las mismas posibilidades de aprender que cualquier otro estudiante”.

Alternativa **C**

“La escuela debe promover que los estudiantes con discapacidad reciban tanto un tratamiento especializado como una atención pedagógica”.

Pregunta 2

Durante una reunión sobre la implementación del diseño universal para el aprendizaje (DUA), el docente a cargo ofrece algunas sugerencias sobre los recursos que se pueden utilizar para acompañar a los estudiantes en el aula. A continuación, se presenta una de esas sugerencias:

“Cuando diseñemos una sesión de aprendizaje, es necesario que los recursos que utilicemos respondan a las características de nuestros estudiantes. De esta manera, podemos ofrecer textos, gráficos o materiales audiovisuales para que ellos puedan aprender sin sentirse limitados por los recursos que usemos”.

¿Cuál de los siguientes principios del DUA se evidencia en la sugerencia anterior?

Alternativa **A**

Proporcionar múltiples formas de compromiso.

Alternativa **B**

Proporcionar múltiples formas de representación.

Alternativa **C**

Proporcionar múltiples formas de acción y expresión.

Pregunta 3

En una IE de EBR, se realiza una charla sobre la atención a las personas en condición de discapacidad. Dado que en la escuela hay estudiantes que presentan discapacidades físicas, el docente facilitador sugiere realizar algunas adaptaciones en el patio de la IE. A continuación, se presenta una de las propuestas de adaptación compartida por el docente facilitador:

“Para que los estudiantes con discapacidad física puedan disfrutar de los juegos en el patio, es necesario dar un mantenimiento periódico a las rampas. Además, es esencial que los juegos que tienen asientos puedan contar con suficientes elementos de seguridad. Así también, sería oportuno acondicionar en el patio algunas zonas de descanso”.

Tres docentes comparten sus ideas sobre la propuesta. ¿Cuál de los siguientes comentarios de los docentes se alinea al enfoque inclusivo?

Alternativa **A**

“Considero que, con la propuesta, se está priorizando el cuidado de los estudiantes que tienen discapacidad física. Al implementarla, estaremos ayudando a prevenir accidentes en el patio mientras dichos estudiantes disfrutan de los juegos”.

Alternativa **B**

“Creo que la propuesta favorecerá la integración de los estudiantes. Me refiero a que será más fácil que aquellos que tienen discapacidad física reciban apoyo de sus compañeros para movilizarse en el patio, de modo que todos disfruten de los juegos”.

Alternativa **C**

“Me parece que la propuesta tiene como finalidad crear condiciones favorables para los estudiantes que tienen discapacidad física. Esto ayudará a que dichos estudiantes, así como sus compañeros, puedan disfrutar libremente del patio y de los juegos”.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 4, 5, 6 y 7.

La docente ha planificado realizar diversas actividades lúdicas con los estudiantes:

- **Los aeropuertos:** Los estudiantes simulan ser aviones desplazándose de manera libre entre aros dispersos en el campo, que son los “aeropuertos”; al desplazarse deben estar atentos a la señal de “¡aterricen!” o “¡despeguen!” para no quedarse sin aeropuerto y ser eliminados, dado que siempre habrá un aro faltante.
- **Los chasquis:** A la señal, cada estudiante de un equipo de participantes sentados en una banca uno detrás de otro debe correr hasta una marca colocada a 10 metros llevando una pelota en la mano, y volver para entregar la pelota al siguiente compañero; el equipo que termina antes, gana el juego.
- **El sombrero:** Cada estudiante, sentado con las piernas cruzadas, debe colocar un vaso de plástico en su cabeza y, a la señal, debe ponerse de pie sin apoyar las manos en el piso y sin que se caiga el vaso; el estudiante que logre mantener el vaso más tiempo, gana el juego.
- **Poder animal:** Los estudiantes deben seguir las consignas, por ejemplo, cuando la docente dice “¡Uno!”, imitan los movimientos de un mono; cuando dice “¡Dos!”, se desplazan imitando a una serpiente; cuando dice “¡Tres!”, imitan a un águila volando; etc.
- **La cadena humana:** Los estudiantes corren por el espacio, mientras un estudiante va atrapando a sus compañeros, uno a uno; los estudiantes que son atrapados, se unirán a él tomándose de la mano y formando una cadena, sin soltarse en ningún momento. El juego se acaba cuando queda solo un compañero libre.

Pregunta 4

¿Cuál de las siguientes actividades es un juego predeportivo?

Alternativa A

Los chasquis.

Alternativa B

Los aeropuertos.

Alternativa C

La cadena humana.

Pregunta 5

¿Cuál de las siguientes actividades desarrolla **principalmente** la expresión corporal de los estudiantes?

Alternativa A

El sombrero.

Alternativa B

Poder animal.

Alternativa C

Los aeropuertos.

Pregunta 6

Entre las siguientes actividades lúdicas, ¿cuál es un juego cooperativo?

Alternativa A

Los chasquis.

Alternativa B

Poder animal.

Alternativa C

Los aeropuertos.

Pregunta 7

Entre las siguientes actividades lúdicas, ¿cuál promueve **principalmente** el desarrollo de la orientación espacial?

Alternativa A

Los chasquis.

Alternativa B

Los aeropuertos.

Alternativa C

La cadena humana.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 8, 9, 10, 11, 12, 13 y 14.

Durante una unidad de aprendizaje, el docente planifica diversas actividades en las que los estudiantes desarrollarán sus competencias por medio del aprendizaje de un nuevo deporte: el balonmano. Al iniciar la unidad, el docente propone a los estudiantes realizar un juego al que ha llamado “Balón aventura”, y ellos aceptan entusiasmados.

En la cancha, el docente solicita a los estudiantes dividirse en dos equipos y explica las reglas del juego: el propósito del juego es hacer diez pases consecutivos con las manos entre los compañeros de equipo evitando que los oponentes intercepten el balón, atrapándolo o solo tocándolo. De lograr hacer los diez pases consecutivos, el equipo obtiene un punto y el otro equipo reinicia el juego.

Antes de iniciar el juego, el docente propone a los estudiantes ponerse de acuerdo sobre la legalidad o ilegalidad de ciertas acciones para que el juego sea fluido y justo para todos. Los estudiantes acuerdan considerar como acciones ilegales correr con el balón o driblearlo, lanzar o recibir el balón fuera del área de juego, y retener o jalar al oponente. Luego, los estudiantes comienzan a jugar.

Los estudiantes realizan el juego por varios minutos mientras el docente los observa y analiza sus habilidades, tanto individuales como grupales. En un momento, nota que los estudiantes están perdiendo mucho el balón porque no logran coordinar las acciones, entonces propone hacer una pausa e invita a los estudiantes a reunirse al centro de la cancha para conversar mientras se hidratan.

El docente hace preguntas para promover que los estudiantes analicen su desempeño durante el juego, si lograron cumplir las reglas propuestas, cuáles fueron sus principales dificultades, qué estrategias utilizaron para superarlas y cómo mejorarían la comunicación entre los compañeros de equipo. Los estudiantes comparten sus ideas de manera espontánea y reflexionan sobre las acciones realizadas, identifican oportunidades de mejora y se dan recomendaciones.

Luego, el docente indica a los estudiantes que van a volver a realizar el juego, pero antes les da unos minutos para que los equipos se reúnan y se pongan de acuerdo sobre las acciones que van a realizar para lograr superar al equipo oponente. Luego, los estudiantes retoman el juego.

Pregunta 8

Además de desarrollar sus capacidades sociomotrices, ¿qué tipo de capacidades desarrollan **principalmente** los estudiantes al jugar “Balón aventura”?

Alternativa A

Físico-motrices.

Alternativa B

Expresivo-motrices.

Alternativa C

Perceptivo-motrices.

Pregunta 9

¿Qué tipo de habilidades motrices básicas desarrollan **principalmente** los estudiantes con la actividad lúdica “Balón aventura”?

Alternativa A

Locomotoras.

Alternativa B

Manipulativas.

Alternativa C

No locomotoras.

Pregunta 10

¿Qué tipo de resistencia desarrollan **principalmente** los estudiantes al jugar “Balón aventura”?

Alternativa A

Aeróbica.

Alternativa B

Anaeróbica láctica.

Alternativa C

Anaeróbica aláctica.

Pregunta 11

Cuando el docente detiene las acciones y hace preguntas para promover que los estudiantes analicen su desempeño durante el juego, ¿qué proceso realiza **principalmente**?

Alternativa A

Promueve la metacognición.

Alternativa B

Recoge saberes previos.

Alternativa C

Brinda andamiaje.

Pregunta 12

Antes de retomar el juego luego de la pausa, el docente da unos minutos para que los estudiantes se pongan de acuerdo sobre lo que van a hacer para superar al equipo oponente. ¿Qué tipo de decisiones se espera que tomen en esos minutos?

Alternativa A

Decisiones técnicas.

Alternativa B

Decisiones tácticas.

Alternativa C

Decisiones estratégicas.

Pregunta 13

Tomando en cuenta las reglas del juego y las reglas adicionales propuestas por los estudiantes, ¿qué tipo de juego es “Balón aventura”?

Alternativa A

Recreativo.

Alternativa B

Predeportivo.

Alternativa C

Deportivo.

Pregunta 14

Tomando en cuenta el nivel de participación y cooperación, ¿qué tipo de juego es “Balón aventura”?

Alternativa A

De oposición.

Alternativa B

De colaboración.

Alternativa C

De colaboración-oposición.

Pregunta 15

¿En cuál de las siguientes situaciones los estudiantes están experimentando **principalmente** sensaciones **exteroceptivas**?

Alternativa A

Cuando perciben la fuerza de los latidos de su corazón luego de correr durante 20 segundos a máxima velocidad.

Alternativa B

Cuando, de pie, se ponen a dar vueltas mirando al cielo con los brazos extendidos hasta sentirse mareados.

Alternativa C

Cuando caminan descalzos por la playa y sienten el calor de la arena que se desliza entre los dedos de sus pies.

Pregunta 16

¿Cuál es la función **principal** de las sensaciones **interoceptivas**?

Alternativa A

Mantienen la homeostasis de los sistemas del cuerpo.

Alternativa B

Permiten percibir el entorno y reaccionar a los estímulos.

Alternativa C

Regulan el equilibrio y la coordinación de los movimientos.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 17, 18, 19, 20 y 21.

Los estudiantes van a tener una clase de natación. Antes de entrar en la piscina, el docente se coloca frente a los estudiantes e inicia el calentamiento en tierra. El docente modela los movimientos de cada ejercicio y los estudiantes los realizan mientras él marca la cadencia con las palmas. Entre los ejercicios que realizan se encuentran los siguientes:

- Caminar a paso ligero alrededor de la piscina.
- Flexionar el cuello hacia adelante y hacia atrás; luego realizar rotaciones de la cabeza hacia la derecha e izquierda.
- Desde los muslos, elevar los brazos extendiéndolos lateralmente hasta cruzar las manos por encima de la cabeza.
- Balancear los brazos extendidos hacia adelante y hacia atrás de manera alternada, como un péndulo.
- Elevar la pierna hacia adelante con la rodilla flexionada y luego hacia atrás completamente extendida en movimiento pendular.
- Flexionar el tronco lateralmente a la derecha y a la izquierda.
- Girar el tronco manteniendo las piernas separadas y los pies fijos.
- Sentados, apoyando las manos a los lados, alternar el movimiento de las piernas extendidas de arriba a abajo sin tocar el suelo.
- En parejas, un estudiante sujeta los tobillos de su compañero quien, desde la posición de decúbito prono, eleva el tronco y, extendiendo los brazos, dibuja círculos paralelos al piso.

Pregunta 17

¿Qué método está aplicando el docente durante el calentamiento en tierra?

Alternativa A

Mando directo.

Alternativa B

Asignación de tareas.

Alternativa C

Descubrimiento guiado.

Pregunta 18

¿Cuál de los siguientes ejercicios forma parte del calentamiento específico en la natación?

Alternativa A

Desde los muslos, elevar los brazos extendiéndolos lateralmente hasta cruzar las manos por encima de la cabeza.

Alternativa B

Flexionar el cuello hacia adelante y hacia atrás; luego realizar rotaciones de la cabeza hacia la derecha e izquierda.

Alternativa C

Sentados, apoyando las manos a los lados, alternar el movimiento de las piernas extendidas de arriba a abajo sin tocar el suelo.

Pregunta 19

¿En cuál de los siguientes ejercicios se realiza un movimiento sobre el eje vertical o longitudinal?

Alternativa A

Elevar la pierna hacia adelante con la rodilla flexionada y luego hacia atrás completamente extendida en movimiento pendular.

Alternativa B

Flexionar el cuello hacia adelante y hacia atrás; luego realizar rotaciones de la cabeza hacia la derecha e izquierda.

Alternativa C

Girar el tronco manteniendo las piernas separadas y los pies fijos.

Pregunta 20

Cuando los estudiantes balancean los brazos extendidos hacia adelante y hacia atrás de manera alternada, como un péndulo, ¿sobre qué eje están realizando el movimiento?

Alternativa A

Eje transversal.

Alternativa B

Eje longitudinal.

Alternativa C

Eje anteroposterior.

Pregunta 21

¿Cuál de las siguientes alternativas presenta un ejercicio de calentamiento específico para el estilo pecho?

Alternativa **A**

Elevar la pierna hacia adelante con la rodilla flexionada y luego hacia atrás completamente extendida en movimiento pendular.

Alternativa **B**

Sentados, apoyando las manos a los lados, alternar el movimiento de las piernas extendidas de arriba a abajo sin tocar el suelo.

Alternativa **C**

En parejas, un estudiante sujeta los tobillos de su compañero quien, desde la posición de decúbito prono, eleva el tronco y, extendiendo los brazos, dibuja círculos paralelos al piso.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 22, 23, 24, 25, 26, 27 y 28.

Los estudiantes van a ejecutar el salto del lingo en pares. Para ello, uno de los estudiantes se coloca de pie con el tronco flexionado bajando la cabeza y apoyando las manos sobre las piernas. El otro estudiante toma impulso y, apoyando las manos sobre la espalda de su compañero, salta por encima separando sus piernas.

Pregunta 22

En la fase de impulso, ¿qué tipo de fuerza requiere **principalmente** el estudiante que realiza el salto?

Alternativa A

Fuerza resistencia.

Alternativa B

Fuerza explosiva.

Alternativa C

Fuerza máxima.

Pregunta 23

Además de la fuerza, ¿qué capacidad física desarrolla **principalmente** el estudiante que realiza el salto?

Alternativa A

Agilidad.

Alternativa B

Resistencia.

Alternativa C

Equilibrio.

Pregunta 24

¿Qué tipo de sensaciones experimentan **principalmente** los estudiantes cuando están realizando el salto por encima del compañero?

Alternativa A

Interoceptivas.

Alternativa B

Exteroceptivas.

Alternativa C

Propioceptivas.

Pregunta 25

Al mantener la posición de pie con el tronco flexionado, ¿qué tipo de contracción muscular realiza el estudiante que espera el salto?

Alternativa A

Excéntrica.

Alternativa B

Isométrica.

Alternativa C

Concéntrica.

Pregunta 26

Mientras los estudiantes están realizando el salto del lingo en pares, la docente nota que Jorge y Roberto no logran realizar el ejercicio. A pesar de intentarlo, Roberto tiene dificultades para separar las piernas durante el salto. La docente observa que, aunque Roberto intenta seguir las indicaciones, sus movimientos son rígidos y carecen de la fluidez necesaria para ejecutar el salto correctamente. La docente nota que las acciones de Roberto pueden estar relacionadas con una condición que podría estar afectando su capacidad para relajar y coordinar los músculos de las piernas durante el movimiento.

¿Qué condición presenta las características observadas en Roberto?

Alternativa A

Hipotonía.

Alternativa B

Hipertonía.

Alternativa C

Hiperlaxitud.

Pregunta 27

Jorge, el compañero de Roberto, intenta ayudarlo brindándole un consejo: “Yo creo que el secreto del salto está en tomar un buen impulso. A veces, a mí también me cuesta saltar, pero me he dado cuenta de que, si corro rápido antes, el salto me sale más fácil. Eso sí, debes calcular bien el momento de poner las manos en la espalda para no frenar demasiado la carrera”.

¿Qué proceso cognitivo se evidencia **principalmente** en la intervención de Jorge?

Alternativa A

Conflicto cognitivo.

Alternativa B

Metacognición.

Alternativa C

Transferencia.

Pregunta 28

A pesar de los consejos de Jorge, Roberto sigue teniendo dificultades y, luego de varios intentos, no quiere volver a saltar. Aunque la docente y su compañero lo animan a hacerlo con palabras de aliento, Roberto se muestra muy nervioso e incómodo, y se niega a seguir con la actividad. ¿Cuál de las siguientes acciones es **más** pertinente para atender la situación en ese momento?

Alternativa A

La docente indica a los demás estudiantes del aula que se acerquen para hacerle una barra a Roberto, para motivarlo a realizar el salto.

Alternativa B

La docente le dice a Roberto que, si quiere ser alguien en la vida, debe aprender a sobreponerse a las dificultades, y le indica saltar nuevamente.

Alternativa C

La docente le dice a Roberto que entiende que se sienta incómodo y frustrado, y le propone tomar un descanso para volver a intentarlo juntos, si es que lo desea.

Pregunta 29

¿Cuál de las siguientes alternativas presenta una característica **común** a todos los juegos predeportivos?

Alternativa A

Implican la participación de varios estudiantes.

Alternativa B

Promueven el desarrollo del trabajo en equipo.

Alternativa C

Se orientan a la adquisición de fundamentos técnicos.

Pregunta 30

Cuando el propósito del docente es que los estudiantes desarrollen las actividades de aprendizaje con iniciativa y autonomía, ¿cuál de los siguientes métodos de enseñanza es **más** pertinente?

Alternativa A

Descubrimiento guiado.

Alternativa B

Resolución de problemas.

Alternativa C

Mando directo modificado.

Pregunta 31

¿Cuál de los siguientes tipos de percepción sensorial se desarrolla **principalmente** con la práctica del fútbol 5 o *blindfutsal*?

Alternativa **A**

Visual.

Alternativa **B**

Táctil.

Alternativa **C**

Auditiva.

Pregunta 32

En el fútbol 5 o *blindfutsal*, ¿cuál de los siguientes accesorios deben utilizar obligatoriamente los jugadores que **NO** son porteros durante el juego?

Alternativa **A**

Cascabeles.

Alternativa **B**

Vinchas de protección.

Alternativa **C**

Antifaz con parche ocular.

Pregunta 33

¿Qué condición de percepción sensorial debe tener el portero de un equipo de fútbol 5 o *blindfutsal*?

Alternativa **A**

Visión reducida.

Alternativa **B**

No vidente.

Alternativa **C**

Vidente.

Pregunta 34

¿En cuál de los siguientes casos es pertinente utilizar el método de mando directo?

Alternativa A

Los estudiantes van a aprender los pasos de una coreografía.

Alternativa B

Los estudiantes van a desarrollar sus habilidades tácticas y estratégicas.

Alternativa C

Los estudiantes van a familiarizarse con los fundamentos de un deporte.

Pregunta 35

Las rúbricas son un instrumento de evaluación que facilita la valoración de tareas que abordan aspectos complejos que podrían considerarse subjetivos por medio de criterios de evaluación más simples y observables que se gradúan en función del nivel de logro, desde un nivel incipiente hasta un nivel experto. Las rúbricas proveen una explicación detallada de lo que el estudiante debe realizar para alcanzar cada nivel de logro, y, en ese sentido, permiten plasmar las expectativas de los docentes.

¿Cuál de las siguientes condiciones se debe cumplir para que la evaluación mediante rúbricas sea formativa?

Alternativa A

Que los estudiantes tengan la edad suficiente para regular su aprendizaje con autonomía y responsabilidad.

Alternativa B

Que la rúbrica de evaluación se socialice con los estudiantes y se explique antes de comenzar el desarrollo de la tarea que va a evaluarse.

Alternativa C

Que los criterios de la rúbrica tengan pesos o puntajes que permitan calcular de manera global el nivel de desempeño del estudiante al realizar la tarea.

Pregunta 36

¿Cuál es la función **principal** de un baremo en el proceso de evaluación en el área de Educación Física?

Alternativa A

Describir el proceso de desarrollo de las habilidades de los estudiantes a lo largo del tiempo para hacer un seguimiento de cada estudiante.

Alternativa B

Comparar el rendimiento de los estudiantes con un estándar preestablecido para identificar el nivel de desarrollo de diversas capacidades.

Alternativa C

Describir de manera objetiva y detallada el rendimiento individual de los estudiantes al realizar diversas actividades físicas.

Pregunta 37

¿Qué tipo de habilidades motrices básicas implican las acciones de girar, empujar, levantar, colgarse y equilibrarse?

Alternativa A

Locomotoras.

Alternativa B

Manipulativas.

Alternativa C

No locomotoras.

Pregunta 38

En el patio, el docente reúne a los estudiantes y les propone una actividad que consiste en lo siguiente: el docente irá mencionando distintos lugares cercanos a la institución educativa que son conocidos por todos —por ejemplo, el mercado, una plaza, alguna calle o parque— y ellos deberán señalar en qué dirección quedan esos lugares. ¿Cuál de los siguientes aspectos de la motricidad desarrollan **principalmente** los estudiantes en la actividad descrita?

Alternativa A

Orientación espacial.

Alternativa B

Coordinación espacial.

Alternativa C

Organización perceptiva.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 39, 40, 41, 42 y 43.

Durante una sesión, los estudiantes iniciarán el aprendizaje de un nuevo deporte, el softbol, como medio para desarrollar las competencias y capacidades del área.

Pregunta 39

Si el docente desea activar los saberes previos de los estudiantes sobre los fundamentos técnicos del softbol, ¿cuál de las siguientes actividades es **más** pertinente?

Alternativa A

Entregar a los estudiantes bates y pelotas para que demuestren lo que saben o lo que han visto de este deporte, y observar cómo interactúan con los materiales.

Alternativa B

Preguntar a los estudiantes “¿Saben qué es el softbol? ¿Cuáles son sus fundamentos? ¿Cuántos jugadores forman un equipo? ¿Cuáles son las principales reglas?”.

Alternativa C

Explicar a los estudiantes en qué consiste el juego, hacer una demostración con la pelota y el bate, y pedirles que repitan los movimientos.

Pregunta 40

Con respecto a las diferencias entre el softbol y el béisbol, ¿cuál de las siguientes alternativas es correcta?

Alternativa A

El campo de softbol es más grande que el de béisbol.

Alternativa B

La pelota de softbol es más grande que la de béisbol.

Alternativa C

El bate de softbol es más grande y pesado que el bate de béisbol.

Pregunta 41

¿Qué tipo de habilidades motrices se ponen en práctica al batear una pelota de softbol?

Alternativa A

Básicas.

Alternativa B

Genéricas.

Alternativa C

Específicas.

Pregunta 42

¿Qué tipo de fuerza aplica **principalmente** el *pitcher*, o lanzador, cuando lanza la pelota al bateador del equipo contrario?

Alternativa A

Fuerza máxima.

Alternativa B

Fuerza explosiva.

Alternativa C

Fuerza resistencia.

Pregunta 43

¿En cuál de las siguientes acciones del softbol se aplica velocidad cíclica?

Alternativa A

Al lanzar la pelota.

Alternativa B

Al batear la pelota.

Alternativa C

Al correr entre las bases.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 44, 45 y 46.

Los estudiantes están realizando en pares un ejercicio con una pelota de yoga o *fitball*. El ejercicio consiste en que ambos estudiantes deben sostener juntos la pelota, espalda con espalda, en posición de media sentadilla, el mayor tiempo posible.

Pregunta 44

Cuando los estudiantes mantienen la posición de media sentadilla, ¿qué tipo de contracción muscular están realizando principalmente?

Alternativa A

Excéntrica.

Alternativa B

Isométrica.

Alternativa C

Concéntrica.

Pregunta 45

¿Qué función cumple la pelota en el ejercicio realizado por los estudiantes?

Alternativa A

Función inductiva.

Alternativa B

Función de apoyo.

Alternativa C

Función de mediación.

Pregunta 46

Antonio y Martín están intentando realizar el ejercicio, y el docente nota que a Antonio le cuesta mantener la posición de media sentadilla. El docente sabe que Antonio tiene hipotonía, que es una condición caracterizada por un tono muscular bajo. ¿Cuál de las siguientes adaptaciones es **más** pertinente para atender el caso de Antonio?

Alternativa **A**

Colocar un banco a cada lado de Antonio para que apoye sus brazos cuando lo necesite.

Alternativa **B**

Pedirle a Antonio que trabaje de manera individual sosteniendo la pelota contra una pared.

Alternativa **C**

Colocar una colchoneta debajo de Antonio para que no se haga daño si llegara a caerse sentado.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 47, 48, 49, 50, 51 y 52.

Durante una sesión de aprendizaje, se produce el siguiente diálogo entre un grupo de estudiantes y la docente:

-
- Camila dice: Profesora, ayer vi un video en redes sociales de una *influencer** que decía que hay que evitar comer frutas porque contienen mucha azúcar.
- Sandra dice: Sí, ¡yo también vi ese video! Esa *influencer* siempre brinda información interesante, por eso la sigo. ¡Y ya tiene más de 200,000 seguidores!
- La docente dice: ¿Y ustedes qué opinan sobre lo que dijo la *influencer* sobre las frutas?
- Camila dice: No sé, yo siempre he oído que es bueno comer fruta.
- Lorenzo dice: Yo creo que la *influencer* debe saber. Se nota que tiene una alimentación balanceada porque es bien delgada y “marcada”.
- La docente dice: ¿Qué significa que es “marcada”?
- Lorenzo dice: Que se le nota la forma de los músculos. Por ejemplo, se le pueden ver los cuadritos de los abdominales bien definidos.
- Sandra dice: Sí, seguro porque cuida mucho su alimentación. Una vez contó que solo tiene 10% de grasa corporal.
- La docente dice: ¿Y tener solo 10% de grasa corporal es saludable?
- Lorenzo dice: ¡Claro! Todos saben que hay que tener la menor cantidad posible de grasa corporal, porque no es buena. Por eso las personas delgadas y marcadas como la *influencer* son más saludables que las demás personas.
-

**Un influencer es una persona con muchos seguidores en redes sociales que tiene la capacidad de influir en la opinión y comportamiento de su audiencia, especialmente en sus decisiones de compra. Los influencers publican sobre temas tan diversos como moda, viajes, nutrición, tecnología, finanzas, desarrollo personal y crianza. Sin embargo, a veces son criticados por fomentar la desinformación, promover prácticas de consumo engañosas y crear estándares de vida irreales que pueden llevar a la insatisfacción personal.*

La docente, preocupada por el impacto de las redes sociales y los *influencers* en las decisiones nutricionales de sus estudiantes, propone a Camila, Sandra y Lorenzo seguir conversando sobre el tema en plenaria para que todos sus compañeros participen, y ellos aceptan.

Al conversar con toda la clase, la docente comprueba que muchos estudiantes siguen consejos de nutrición poco confiables que escuchan en las redes. Entonces, les propone responder la siguiente pregunta: “Para ustedes, ¿cómo es un cuerpo saludable?”. Los estudiantes dan sus respuestas mientras la docente apunta las ideas en la pizarra. La mayoría de estudiantes considera que un cuerpo saludable es delgado y tonificado, como el cuerpo de la *influencer*.

Pregunta 47

Durante el diálogo, Camila, Sandra y Lorenzo hacen algunas afirmaciones sobre la *influencer* y, en general, sobre las personas delgadas y “marcadas”, algunas correctas y otras incorrectas. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones sobre las personas delgadas y “marcadas” es necesariamente verdadera?

Alternativa A

Tienen una alimentación balanceada.

Alternativa B

Son más saludables que las demás personas.

Alternativa C

Tienen un porcentaje bajo de grasa corporal.

Pregunta 48

En el diálogo se evidencia que Lorenzo no conoce la función de la grasa corporal, pues considera que hay que tener la menor cantidad posible. ¿Cuál de las siguientes alternativas presenta un problema que puede producirse si se cuenta con niveles muy bajos de grasa corporal?

Alternativa A

Desequilibrios hormonales.

Alternativa B

Menor desarrollo de la musculatura.

Alternativa C

Altos niveles de glucosa en la sangre.

Pregunta 49

Luego del diálogo, la docente conversa con los estudiantes en plenaria. Cuando les pregunta cómo es para ellos un cuerpo saludable y apunta sus ideas en la pizarra, ¿qué proceso promueve **principalmente**?

Alternativa A

Metacognición.

Alternativa B

Transferencia del aprendizaje.

Alternativa C

Activación de saberes previos.

Pregunta 50

Cuando la docente pregunta a los estudiantes cómo es un cuerpo saludable, comprueba que la mayoría considera que es delgado y “marcado”. ¿Cuál de las siguientes acciones es **más** pertinente para **iniciar** la reflexión con los estudiantes sobre la relación entre el peso o forma del cuerpo, la nutrición y la salud?

Alternativa **A**

Explicar a los estudiantes que la salud es un concepto multidimensional que no solo implica aspectos físicos, sino también emocionales y sociales; luego explicarles que el peso y la forma del cuerpo no dependen únicamente de la alimentación.

Alternativa **B**

Preguntar a los estudiantes si es posible conocer el estado de salud de una persona solo a partir de observar la forma o peso de su cuerpo y por qué; luego, presentarles ejemplos de personas sanas y enfermas con diferentes texturas físicas.

Alternativa **C**

Presentar a los estudiantes ejemplos de personas delgadas que sufren enfermedades graves y preguntarles si consideran que esas personas son saludables o no; luego, explicar que algunas enfermedades causan pérdida de peso.

Pregunta 51

La docente se propone que los estudiantes cuestionen la fiabilidad de la información sobre nutrición y salud que comparten muchos *influencers* en sus redes. ¿Cuál de las siguientes actividades grupales es **más** pertinente para ese propósito?

Alternativa **A**

La docente solicita a cada grupo que seleccione una receta de comida saludable recomendada por un *influencer*. Cada grupo debe preparar la receta, y luego explicar si es saludable o no a partir del análisis de su contenido nutricional. Finalmente, los estudiantes degustan todas las recetas preparadas por sus compañeros.

Alternativa **B**

La docente propone a los estudiantes buscar en redes sociales casos de transformaciones físicas basadas en dietas y rutinas de ejercicio recomendadas por *influencers*. Cada grupo debe investigar y presentar fotografías del “antes y después”, y luego explicar cómo impactaron la dieta y el ejercicio en la salud de esas personas.

Alternativa **C**

La docente entrega a cada grupo una afirmación nutricional hecha por algún *influencer*, por ejemplo, “comer fruta por la noche engorda” o “los alimentos procesados son veneno”. Cada grupo debe buscar evidencia científica que apoye o refute la afirmación y preparar una presentación breve sobre sus hallazgos.

Pregunta 52

¿Qué capacidad del Currículo Nacional de Educación Básica han desarrollado **principalmente** los estudiantes durante la sesión descrita?

Alternativa A

Comprende su cuerpo.

Alternativa B

Incorpora prácticas que mejoran su calidad de vida.

Alternativa C

Comprende las relaciones entre la actividad física, alimentación, postura e higiene personal y del ambiente, y la salud.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 53, 54, 55, 56 y 57.

Durante una sesión, los estudiantes están participando en varias actividades grupales planificadas por la docente. Uno de los grupos va a desarrollar una actividad en la que utilizarán pelotas *fitball*. Las *fitball*, o pelotas suizas, son balones de PVC de gran tamaño (50 cm de diámetro aproximadamente) y son livianos y resistentes.

Al iniciar la actividad con el grupo, la docente reúne a los estudiantes, entrega una *fitball* a cada uno, y les dice: “¿Habían visto estas pelotas antes? ¿Para qué se usan?”. Los estudiantes comentan que las han visto, pero no saben para qué sirven ni cómo se usan. Entonces, la docente pregunta: “¿Cómo podríamos usarlas? ¿Qué movimientos podríamos hacer con ellas? A ver, muéstrenme qué se les ocurre”. Un estudiante intenta hacer dominadas con la *fitball*, como si fuera un balón de fútbol; una estudiante se le une y comienzan a darse pases. Los demás estudiantes comienzan a participar utilizando las pelotas *fitball* como si fueran balones de fútbol, de vóley o de baloncesto. Los estudiantes se desplazan libremente por el espacio, rodando la pelota, rebotándola, lanzándola y atrapándola mientras la docente los observa analizando sus respuestas motrices.

Luego de unos minutos, la docente dice: “¡Muy bien! Ahora probemos hacer otros movimientos diferentes, que no sean de un deporte”. Los estudiantes se miran entre ellos sin proponer nuevas ideas. Entonces, la docente les dice: “Imaginemos que la *fitball* es una extensión de nuestro cuerpo. ¿Cómo nos desplazaríamos con ella?”. Los estudiantes poco a poco comienzan a proponer nuevos movimientos; un estudiante repta con la pelota entre los pies, una estudiante da vueltas en el sitio con la pelota entre las manos, y dos estudiantes, sentados sobre la pelota, saltan como si fueran canguros. “¡Muy bien!”, dice la docente, animándolos a probar nuevas posibilidades de interacción con la pelota.

Cuando la docente nota que los estudiantes se van quedando sin ideas, les brinda nuevas consignas para favorecer la exploración. Por ejemplo, “¡Ahora, échense sobre la *fitball* y sientan su cuerpo sobre ella!” o “¡Ahora, reboten la *fitball* creando ritmos!”. Los estudiantes exploran nuevos movimientos a partir de las consignas de la docente interactuando con la pelota de manera libre.

Pregunta 53

¿Qué competencia del Currículo Nacional de Educación Básica desarrollan **principalmente** los estudiantes en la sesión?

Alternativa A

Asume una vida saludable.

Alternativa B

Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices.

Alternativa C

Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad.

Pregunta 54

¿Cuál de los siguientes métodos de enseñanza aplica la docente durante la actividad?

Alternativa A

Asignación de tareas.

Alternativa B

Descubrimiento guiado.

Alternativa C

Resolución de problemas.

Pregunta 55

Cuando la docente observa las respuestas motrices de los estudiantes y las analiza, ¿qué proceso pedagógico desarrolla **principalmente**?

Alternativa A

Promueve la metacognición.

Alternativa B

Genera conflicto cognitivo.

Alternativa C

Recoge saberes previos.

Pregunta 56

¿Qué función cumple la *fitball* en la actividad?

Alternativa A

De apoyo.

Alternativa B

Inductiva.

Alternativa C

De mediación.

Pregunta 57

Durante la actividad, Pablo, un estudiante, se recuesta sobre la pelota, la abraza y, con las piernas extendidas y en punta de pie, levanta una pierna, la baja y luego levanta la otra. ¿Qué eje corporal está involucrado en el movimiento realizado por Pablo?

Alternativa A

Eje transversal.

Alternativa B

Eje longitudinal.

Alternativa C

Eje anteroposterior.

Lea la siguiente situación y responda las preguntas 58, 59 y 60.

Durante una sesión en la que los estudiantes están realizando un circuito de ejercicios, Alberto, uno de los estudiantes, comienza a tambalearse y su rostro se torna pálido. En ese momento, María, una compañera que se encuentra cerca, nota que Alberto no se encuentra bien y exclama: "¡Alberto se va a desmayar!".

El docente se acerca inmediatamente y ayuda a Alberto a colocarse en una posición segura para evaluar su condición.

Pregunta 58

El docente evalúa la condición de Alberto, y sospecha que su presión arterial ha disminuido. En ese caso, ¿cuál es la acción **más** adecuada para ayudar a Alberto a recuperarse?

Alternativa **A**

Colocarlo en el suelo y elevar sus piernas, desajustar sus prendas y asegurarse que reciba suficiente ventilación.

Alternativa **B**

Darle agua para hidratarlo y algún alimento azucarado para aumentar su glucosa mientras se observa su evolución.

Alternativa **C**

Sentarlo y asegurarse de que respire profundamente mientras toma sorbos de agua entre cada respiración.

Pregunta 59

¿Qué signos podrían indicar que la situación de Alberto necesita atención médica de urgencia?

Alternativa **A**

Si se mareo al ponerse de pie.

Alternativa **B**

Si muestra sudoración excesiva.

Alternativa **C**

Si no puede mantenerse despierto.

Pregunta 60

¿Cuál de las siguientes acciones es **más** pertinente para ayudar a prevenir incidentes similares en la clase?

Alternativa **A**

Bajar la intensidad de todas las actividades al realizar la planificación de las futuras sesiones de aprendizaje para evitar que los estudiantes se fatiguen y corran el riesgo de sufrir un desmayo.

Alternativa **B**

Proponer a los estudiantes que cada uno decida qué tipo de actividades quiere realizar durante la sesión, porque todos los estudiantes tienen características físicas particulares y necesidades específicas.

Alternativa **C**

Explicar a los estudiantes las principales razones por las que se producen los desmayos durante la actividad física poniendo énfasis en la importancia de escuchar las señales que nos da nuestro cuerpo.



PERÚ

Ministerio
de Educación