PROGRAMA

EDUCACIÓN FÍSICA
octavo grado

PROGRAMA

EDUCACIÓN FÍSICA

octavo grado

M. Sc. Eduardo Ramírez Ramada
M. Sc. Luis Rivero Elozua
M. Sc. Juan Tomás Fonseca Milián
M. Sc. Ramón Domínguez Alfaro
M. Sc. Alberto Hernández Torres
M. Sc. Dania L. García Fernández

EDITORIAL
PUEBLO Y EDUCACIÓN

Este material forma parte del conjunto de trabajos dirigidos al Tercer Perfeccionamiento Continuo del Sistema Nacional de la Educación General. En su elaboración participaron maestros, metodólogos y especialistas a partir de concepciones teóricas y metodológicas precedentes, adecuadas y enriquecidas en correspondencia con el fin y los objetivos propios de cada nivel educativo, de las exigencias de la sociedad cubana actual y sus perspectivas.

Ha sido revisado por la subcomisión responsable de la asignatura perteneciente a la Comisión Nacional Permanente para la revisión de planes, programas y textos de estudio del Instituto Central de Ciencias Pedagógicas del Ministerio de Educación.

Queda rigurosamente prohibida, sin la autorización previa y por escrito de los titulares del ***copyright*** y bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, así como su incorporación a un sistema informático.

Material de distribución gratuita. Prohibida su venta

Colaboradores:

- M. Sc. Juan Marcelo Llanes Pérez
- M. Sc. Carlos E. Calbiat Díaz

Edición y corrección:

- Lic. Yaimí Mora Flores

Diseño:

- Instituto Superior de Diseño (ISDi)

Emplane:

- José Raúl Rabeiro Salgado

© Ministerio de Educación, Cuba, 2024
© Editorial Pueblo y Educación, 2024

ISBN 978-959-13-4550-9 (Versión impresa)
ISBN 978-959-13-4734-3 (Versión digital)

EDITORIAL PUEBLO Y EDUCACIÓN
Ave. 3.ª A No. 4601 entre 46 y 60,
Playa, La Habana, Cuba. CP 11300.
epueblo@epe.gemined.cu

ÍNDICE

Caracterización de la disciplina en la Secundaria Básica / 1

Objetivos generales / 7

Objetivos generales de la asignatura en la Secundaria Básica / 7

Objetivos generales de la asignatura en el grado / 9

Plan temático / 11

Objetivos, contenidos y orientaciones generales por unidades / 11

Unidad *Condición Física* / 11

Unidad *Atletismo* / 13

Unidad *Baloncesto* / 15

Unidad *Balonmano* / 17

Unidad *Béisbol* / 19

Unidad *Fútbol* / 20

Unidad *Gimnasia aerobia escolar* / 22

Unidad *Voleibol* / 25

Exigencias para la evaluación de los estudiantes en la asignatura / 27

Bibliografía para el docente / 29

Caracterización de la disciplina en la Secundaria Básica

La Educación Física, al igual que en el grado anterior, encamina sus objetivos a satisfacer las exigencias de la Educación General Politécnica y Laboral para el desarrollo morfofuncional y psíquico de los educandos del octavo grado. Es por ello que sus objetivos, contenidos, estructuración metodológica y su concepción están concebidos de forma tal que puedan dar respuesta satisfactoria y materialización práctica a las exigencias planteadas.

En el octavo grado se continúa el proceso de desarrollo de las capacidades físicas de los educandos, así como de las habilidades motrices deportivas y los rasgos positivos del carácter que coadyuven a la formación de una personalidad multilateralmente formada.

Este currículo ofrece variadas opciones de unidades didácticas guiadas por objetivos y contenidos con fines y propósitos previamente establecidos, los cuales accionan como base informativa concreta que facilitan las vías para la construcción de conocimientos, hábitos y habilidades, a partir de los conocimientos anteriormente adquiridos.

Asimismo, brinda la posibilidad, a educandos y profesores, de acuerdo con las condiciones de la infraestructura deportiva, los espacios, los medios disponibles que ofrezcan seguridad y utilidad práctica en el proceso, las características del grupo etario, los gustos e intereses, de seleccionar las unidades didácticas factibles de trabajar en su centro educacional, y proponer variabilidad de actividades como contenidos del plan curricular en su relación con el entorno natural. De esta manera se van adquiriendo hábitos de vida saludable y de socialización, a partir de la adaptación de las actividades de acuerdo con las necesidades, gustos, intereses y posibilidades de aplicación con una inclusión total.

Las unidades de estudio propuestas son: Condición Física, Atletismo, Baloncesto, Balonmano, Béisbol, Fútbol, Gimnasia Aerobia Escolar y Voleibol, las cuales acompañarán al educando, con carácter

obligatorio, durante el curso escolar en todos los grados del nivel educacional.

De estas unidades didácticas, de acuerdo con las características y posibilidades técnico-materiales de cada centro escolar, y considerando el criterio de los educandos, la comunidad y los profesores, se podrá optar por una sola en cada corte evaluativo, etapa o parte del curso escolar (3 para el octavo grado), y ninguna de ellas se podrá repetir en el grado; solamente se repite la Condición Física. En total son dos unidades didácticas en cada corte evaluativo o parte del curso escolar.

Se propone desarrollar el proceso de enseñanza-aprendizaje de las unidades didácticas seleccionadas sobre la base del juego, para aprovechar su potencialidad, las experiencias y el nivel de desarrollo alcanzado en grados anteriores, de modo que la asignatura despierte intereses y motivaciones hacia la práctica sistemática de actividades físicas, deportivas y recreativas para beneficio y disfrute personal y social, en un proceso en el que el alumno sea sujeto activo y constructor de su propio aprendizaje, y favorezca así el desarrollo de la experiencia y la riqueza motriz.

La concepción metodológica que se asume, con enfoque integral físico-educativo, contempla no solo los objetivos y contenidos, las actividades de enseñanza-aprendizaje y las de evaluación, sino que también asegura el aprendizaje de conceptos, unido a la formación de valores, sentimientos, normas de conducta e intereses hacia la práctica sistemática de actividades físico-deportivas, estéticas, recreativas, y permite integrar el nuevo conocimiento a los conocimientos precedentes de los educandos para imprimirles a los nuevos aprendizajes un significado y sentido personal.

Los contenidos fundamentales en su tratamiento didáctico-metodológico se caracterizan por las tareas motrices significativas, simples y complejas, individuales, grupales, de solución de problemas en situaciones de juego, vinculadas con la vida, en correspondencia con el progreso y desarrollo de los educandos, caracterizadas por la relación sujeto-sujeto en un contexto de comunicación y cooperación cognitivo-afectiva.

En este grado el proceso docente-educativo debe estar encaminado a que los educandos manifiesten respeto hacia los símbolos patrios, a las glorias deportivas del territorio, en las actividades competitivas en la escuela y la comunidad, lo que permitirá la formación de valores estéticos, éticos y morales relacionados con la modestia,

el patriotismo, la cooperación, el desinterés, la honestidad, la responsabilidad, el colectivismo, la voluntad, la laboriosidad y la perseverancia, entre otros, de modo que participen de forma activa y consiente en las actividades físicas, deportivas y recreativas, con pleno conocimiento de las reglas de grupo, del cuidado de su institución y el respeto de las normas sociales, asuman entonces su compromiso jurídico con el cumplimiento de los postulados de su organización estudiantil.

La construcción significativa del conocimiento debe partir de acciones socio-motrices de cooperación y cooperación-oposición, que tengan una importancia lógica, dirigida a favorecer su autonomía e independencia cognitiva, mediante la utilización de métodos productivos, variabilidad y situaciones variables de contenidos, planificando estos de acuerdo con su nivel de desarrollo real y potencial, como problemas que se deben resolver y no como soluciones que se han de recordar.

Por tanto, es necesaria la construcción significativa de competencias básicas para resolver problemas motores: habilidades, técnicas, y sobre todo estrategias, donde la Educación Física, utilizando las unidades didácticas, los juegos, la gimnasia y los ejercicios como medios, debe transmitir masiva y eficazmente un volumen cada vez mayor de conocimientos teóricos y técnicos adaptados a la civilización cognitiva, porque son la base de la competencia del futuro.

Orientar hacia una concepción científica del mundo a partir de la apropiación, sistematización, aplicación, ampliación y profundización de los contenidos constituye un reto. Es necesario que los profesores, en su papel de facilitadores del proceso de enseñanza-aprendizaje, utilicen métodos productivos, como: conversación heurística, elaboración conjunta, situaciones problémicas, el juego y la competencia, y haga uso de formas organizativas de trabajo en grupos cooperativos, para guiar la actividad docente en dirección al logro de los objetivos propuestos.

En este desempeño es de gran utilidad el empleo de paradigmas de modelos alternativos para la construcción colectiva del conocimiento, mediante un aprendizaje de las unidades didácticas centrado en el juego y a través de estilos de enseñanza productivos como el descubrimiento guiado, el pensamiento divergente, la enseñanza recíproca y la siempre inclusión de todos los educandos,

por tanto, se dosificarán los contenidos de acuerdo con la diversidad y las diferencias individuales.

El proceso de enseñanza-aprendizaje de las unidades didácticas seleccionadas debe estar caracterizado por una exigencia constante y por situaciones variables de aprendizaje en el proceso en que transcurren las fases de formación del hábito motor, y se debe valorar el alcance en la calidad de los movimientos que se van a enseñar por niveles de desarrollo grueso, el grado de independencia que logren los educandos en esos movimientos aprendidos, en relación con la familiarización, lo reproductivo, la aplicación y la creación; el nivel de complejidad de los movimientos que estos dominen mediante su habilidad aislada, combinada, o complejo de habilidades, así como por los niveles de desarrollo de las habilidades motrices deportivas, caracterizados por los errores técnicos fundamentales, la efectividad y la fluidez.

El contenido curricular debe tener un enfoque eminentemente educativo, de modo que las unidades didácticas estén al servicio del educando, y no el educando al servicio de estas, enseñando a través de ellas y no para ellas; estas unidades deben ser generadoras de aprendizaje, placer, diversión, satisfacción y armonía, con el fin de mejorar el comportamiento de los educandos, a través de acciones sociomotrices de cooperación y cooperación-oposición, mediante una comunicación afectiva, caracterizada por la inclusión y el respeto hacia los demás y la formación en valores.

A través de la Educación Física se debe nutrir a las personas de conocimientos teóricos, físicos, deportivos, recreativos y educativos, como opción para el uso del tiempo libre, que les sirva de preparación para mejorar su salud y calidad de vida y les propicie un estilo de vida saludable, que les permita enfrentar los cambios experimentados en la sociedad y las nuevas demandas físico-deportivas que van surgiendo. Así se irá constituyendo la base de la competencia del futuro, a través de una armonía entre la competencia y la cooperación.

Es de especial importancia la relación que se debe establecer entre los contenidos de la asignatura y los de las ciencias afines, entre los que se incluyen elementos del conocimiento que corresponden a otras ciencias y que se vinculan con los contenidos de la asignatura. Estos conceptos son los que permiten que los

educandos profundicen en las relaciones causa-efecto, en la actividad físico-deportiva recreativa y realicen una adecuada relación intermateria sobre la base de la lógica interna.

Son conceptos relacionados con trayectorias, desplazamientos, velocidad, fuerza, centro de gravedad, equilibrio, péndulo, pulso, presión arterial, postura corporal, fatiga, inspiración-espiración, trabajo cardiaco, temperatura, sensación, figuras geométricas, entre otros.

Se priorizará la consolidación y ejercitación de los conocimientos, las habilidades motrices deportivas y las capacidades físicas programadas en grados antecedentes, como una lógica sistematización, continuidad y nivelación de estos. En tal sentido se orienta, en todos los grados, dedicar como mínimo un 33 % del tiempo disponible al desarrollo de cada unidad didáctica motivo de estudio para la nivelación de las habilidades principales de grados antecedentes, de modo que constituya la base didáctica y metodológica de la adquisición de nuevos contenidos, en una sistemática interrelación de habilidades combinadas, complejos de habilidades, situaciones reales de juego, en el grupo/clase, en los intergrupos, los grados y la escuela.

El sistema de conocimientos teóricos, valores éticos, morales y estéticos, así como la educación ambiental, laboral, y los demás componentes de la formación integral de los educandos, se desarrollará de forma interrelacionada con las actividades de carácter práctico y lúdico, de habilidades motrices deportivas y capacidades físicas; por lo que el profesor debe tener siempre presente, como contenido, la transmisión de **conocimientos conceptuales**, así como el sistema de evaluación general y de los deportes, la preparación física, la eficiencia física, la habilidad motriz deportiva, la capacidad física, el tiempo libre, los principios elementales del autoentrenamiento y la autoejercitación, el control del esfuerzo físico, la toma del pulso, el cuidado de la postura corporal, la importancia del calentamiento, el dominio de las reglas oficiales y de los contenidos que se deben impartir y los principios de relación interdisciplinaria, inter e intramateria. En la **formación de valores** se pueden trabajar el respeto a las reglas oficiales del juego, el desarrollo del colectivismo, la voluntad, la perseverancia, la honestidad, la responsabilidad, el respeto a sus profesores, compañeros y adversarios, la aceptación de la victoria sin triunfalismo, el rechazo firme a la actitud de

querer ganar a cualquier precio, por medios ilegales y violentos, el sentido de pertenencia a su escuela, grupo y equipo deportivo, el amor a su patria y el respeto a sus símbolos, la estética relacionada con las actividades físicas, la insatisfacción y la crítica ante lo mal hecho en relación con conductas, emociones y sentimientos mostrados de colaboración y apoyo a las actividades en beneficio de la salud, el medio ambiente, la participación en actividades físicas, deportivas y recreativas, las relaciones de interacción grupal en un marco de colaboración y comunicación afectiva, y la eliminación de actitudes discriminatorias de género y de cualquier tipo.

Objetivos generales

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA BÁSICA

- Demostrar actitudes patrióticas, revolucionarias y antimperialistas expresadas en la admiración y el respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, glorias deportivas, las actividades competitivas en la escuela y la comunidad, con la formación de valores estéticos, éticos y morales relacionados con la modestia, el patriotismo, la cooperación, el desinterés, la honestidad, la responsabilidad, el colectivismo, la voluntad, la laboriosidad y la perseverancia.
- Demostrar, de forma activa y consciente en las actividades físicas, deportivas y recreativas, el cumplimiento de las normas sociales y metas establecidas en el contexto del grupo escolar, en su institución y en la sociedad, con actitud de rechazo a todo tipo de discriminación, violencia y corrupción, con pleno conocimiento y respeto hacia las normas sociales y con su compromiso jurídico en relación con el cumplimiento de los postulados de su organización estudiantil.
- Demostrar una concepción científica del mundo a partir de la solución de problemas vinculados a hechos y fenómenos frecuentes en el deporte, con evidente independencia cognitiva y autonomía para la elección de alternativas y soluciones adecuadas para el logro de un objetivo común en cooperación con los demás, en correspondencia con su nivel de desarrollo y sus características individuales.
- Incrementar los niveles cualitativos de salud y de bienestar físico y psíquico, así como de comunicación, satisfacción, motivación, alegría, placer y diversión, a partir de una mayor exigencia en el trabajo físico, deportivo, educativo y recreativo, de acuerdo con las características del grupo etario, para un adecuado fortalecimiento de convicciones, adquisición de conocimientos, predisposición psíquica, formación de hábitos posturales y estilos de

vida saludables, de práctica sistemática de actividades físicas, de higiene y de alimentación.

- Demostrar emoción, sensibilidad, creatividad y originalidad en la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas para un mayor desarrollo de la coordinación motriz, así como para la comprensión de la cultura general sobre la base de la apropiación y la vivencia, en correspondencia con los valores de nuestra sociedad y con sus características individuales, como base de su comportamiento social.
- Mostrar un nivel de preparación física de acuerdo con sus posibilidades, además de cualidades morales de responsabilidad, laboriosidad y la honestidad para la adquisición de una profesión u oficio, en correspondencia con las necesidades sociales, sus intereses y posibilidades reales, con manifestación de intereses y motivaciones, fundamentalmente hacia las carreras pedagógicas y en específico hacia la Cultura Física.
- Aplicar acciones sociomotrices de cooperación y cooperación-oposición en situaciones de juego, con un grado de exigencia, calidad, independencia y dominio de habilidades y capacidades en correspondencia con su nivel real y potencial, para el desarrollo de habilidades de comunicación al escuchar, hablar y comprender de forma adecuada según el nivel de desarrollo y sus características individuales.
- Manifestar una actitud responsable y crítica ante la conservación de la naturaleza, la preservación de la vida, el entorno y el patrimonio mediante el desarrollo de las actividades físicas, deportivas y recreativas al aire libre.
- Mostrar un incremento de su capacidad de rendimiento físico con mayor grado de autorregulación, mediante su participación activa en la planificación, valoración y organización de su progreso, y a través del conocimiento de las fases sensibles para su desarrollo, para el adecuado cumplimiento de las normativas establecidas según el sexo y la edad, para el logro de su autoperfeccionamiento.
- Mostrar hábitos de vida saludables y socialización como contenido diferenciado iniciado en grados precedentes, para el desarrollo de las capacidades físicas y las habilidades motrices deportivas, en correspondencia con sus potencialidades físicas y sus necesidades educativas especiales, para su inclusión total.

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA EN EL GRADO

- Manifestar respeto hacia los símbolos patrios, a las glorias de nuestro deporte revolucionario, las actividades competitivas en la escuela y en la comunidad, para la formación de valores estéticos, éticos y morales relacionados con la modestia, el patriotismo, la cooperación, el desinterés, la honestidad, la responsabilidad, el colectivismo, la laboriosidad, la voluntad y la perseverancia, entre otros.
- Participar de forma activa y consciente en las actividades físicas, deportivas y recreativas, con pleno conocimiento de las metas y reglas del grupo, en relación con el cuidado de su institución y el respeto de las normas sociales, y con la expresión de su compromiso jurídico en cuanto al cumplimiento de los postulados de su organización estudiantil.
- Mostrar una concepción científica del mundo a partir de la apropiación, sistematización, aplicación, ampliación y profundización de los contenidos, de acuerdo con su edad, con la elección de opciones de actividades en correspondencia con su independencia cognitiva y su autonomía para la aplicación de alternativas y soluciones adecuadas para el logro de un objetivo común, en cooperación con los demás y acorde con su nivel de desarrollo y sus características individuales.
- Mostrar un estilo de vida saludable expresado en altos índices cualitativos de salud y bienestar físico, con un comportamiento responsable, de satisfacción, motivación, alegría y placer, a partir de mayores exigencias en el trabajo físico, deportivo, educativo y recreativo, con adecuado fortalecimiento de convicciones, adquisición de conocimientos, predisposición psíquica y formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas, de higiene y de alimentación, para la comprensión práctica de su utilidad y el cumplimiento exitoso de las tareas planteadas, en el orden práctico, por la sociedad, la escuela y la familia.
- Participar con placer en la práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas, para el desarrollo de la coordinación motriz, con evidente expresión, por medio de su cuerpo, de creatividad en diferentes actividades rítmicas, para una mejor comprensión de la cultura general sobre la base de la apropiación y la vivencia, en correspondencia con los valores de nuestra sociedad y

con sus características individuales, como base de su comportamiento social.

- Mostrar un adecuado nivel de preparación física y responsabilidad para la adquisición de una profesión u oficio en correspondencia con las necesidades sociales, además de los correspondientes conocimientos sobre la formación vocacional y la orientación profesional, con expresión de intereses y motivaciones, fundamentalmente hacia las carreras pedagógicas y, en específico, hacia la Cultura Física.
- Demostrar habilidades de comunicación (de escuchar, hablar y comprender) en el desarrollo de las actividades físicas y los juegos, con un grado de exigencia, calidad, independencia y dominio de habilidades y capacidades en correspondencia con su nivel de desarrollo real y potencial, y de acuerdo con la edad.
- Participar con placer en las actividades físicas y deportivas, con una actitud responsable y suficientes conocimientos para la mejor organización de su tiempo libre, en el entorno social, así como para el desarrollo de una convivencia saludable con el medio ambiente, la preservación de la vida y el patrimonio.
- Demostrar, en diferentes manifestaciones físicas y deportivas, su proyección vinculada con un proyecto de vida, con conocimiento de sus potencialidades, experiencias y riquezas motrices, adquiridas mediante las unidades didácticas abordadas con actitudes de cooperación.
- Mostrar un incremento de su preparación física y motora, con mayor grado de autorregulación, con una participación activa en la planificación, valoración y organización de su progreso, con conocimiento de las fases sensibles para su desarrollo, para el cumplimiento de las normativas del Plan Nacional de Eficiencia Física acorde con el sexo, la edad y su continuo autoperfeccionamiento.
- Adquirir hábitos de vida saludables y de socialización como contenido diferenciado iniciado en grados precedentes, para el desarrollo de las capacidades físicas y las habilidades motrices deportivas específicas de las unidades didácticas, con la participación, de forma activa y consciente, en correspondencia con las potencialidades físicas y con sus necesidades educativas especiales.

Plan temático

Contenido	Horas-clase
Primera etapa	
Condición Física y primera unidad seleccionada	22
Reserva	2
Evaluación	2
Total	**26**
Segunda etapa	
Condición Física y segunda unidad seleccionada	20
Reserva	2
Evaluación	2
Total	**24**
Tercera etapa	
Condición Física y tercera unidad seleccionada	18
Reserva	2
Evaluación	4
Total	**24**
Total general	74

OBJETIVOS, CONTENIDOS Y ORIENTACIONES GENERALES POR UNIDADES

UNIDAD *Condición Física*

Objetivos

- Ejecutar acciones motrices programadas para el grado, con la consolidación de acciones como los ejercicios de organización y control, las formaciones en filas, hileras, semicírculos, círculos, las transformaciones, las numeraciones, los giros, los despliegues y repliegues.

- Mostrar un aumento gradual del desarrollo de las capacidades físicas, las habilidades motrices deportivas y los hábitos de higiene, para la realización exitosa de las tareas planteadas en el orden práctico, por la sociedad, la escuela y la familia, en correspondencia con las exigencias sociales de la Eficiencia Física establecidas para el grado, el sexo y la edad, hasta lograr mantener la carrera continua por 11 min.
- Interiorizar la importancia del ejercicio físico para el desarrollo de las capacidades físicas, así como las formas y normas para su ejercitación y la medición de sus resultados, y además la incorporación de un lenguaje técnico para la comprensión.
- Realizar las acciones motrices acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, con manifestación de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y a los atributos nacionales, y de solidaridad humana, expresados a través de su comportamiento y de su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; así como con el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

Ejercicios de organización y control

- Formaciones en filas, hileras, semicírculos y círculos
- Numeraciones: alineación, doble alineación y distancias
- Transformaciones: despliegue y repliegue
- Giros: hacia diferentes direcciones

Fuerza

- Fuerza rápida
- Resistencia a la fuerza

Rapidez

- Reacción
- Traslación

Resistencia

- Resistencia aerobia
- Carrera de rendimiento 800 m
- Resistencia de larga duración (carrera continua por 11 min)
- Ejercicios y juegos en condiciones variables

Capacidades físicas coordinativas

- Ejercicios para el desarrollo de las capacidades coordinativas (todas de forma combinada)
- Flexibilidad (activa y pasiva)

Orientaciones generales

La concepción de la interrelación metodológica de los contenidos de la Condición Física con los deportes programados hay que analizarla dialécticamente en correspondencia con los objetivos propuestos para cada clase o sistema de clases y con las principales habilidades deportivas propias del deporte motivo de estudio, con el objetivo de satisfacer las exigencias de la Educación General Politécnica y Laboral para el desarrollo morfofuncional y psíquico de los educandos del octavo grado.

El seguimiento del diagnóstico, la evaluación sistemática para ver el progreso de los educandos y realizar cambios y ajustes en la programación de las clases, facilitar conocimientos teóricos junto a los contenidos de esta unidad, acerca del porqué, el cómo y cuándo de la práctica de actividades físicas, y de su utilidad para el mejoramiento de su calidad de vida, entre otros, son elementos que se han de tener en cuenta para el desarrollo multilateral y el mejoramiento de la salud de los educandos.

Para la evaluación de los educandos en esta unidad se tendrán en cuenta las normativas de las pruebas de eficiencia física y el avance individual que manifiesten en relación con el diagnóstico inicial. Mantener una carrera continua por espacio de 11 min.

UNIDAD *Atletismo*

Objetivos

- Ejecutar acciones motrices deportivas, a un nivel de desarrollo grueso, las habilidades del relevo de distancias largas aplicando

el cambio con control visual por arriba y la ejecución del salto de longitud, técnica pecho con todas sus fases.

- Utilizar el lenguaje especializado empleado en cada una de las disciplinas y, en general, en el deporte, para su mejor comprensión y aplicación en las competencias.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud y en correspondencia con el adecuado fortalecimiento de convicciones, la adquisición de conocimientos, la predisposición psíquica y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, para expresar actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Mostrar un clima favorable en el proceso de formación de valores éticos, morales y estéticos, respecto a sus compañeros de equipo, adversarios, profesores, la comunidad y la familia, en concordancia con el patriotismo, la cubanía, el sentido de pertenencia, la responsabilidad, el colectivismo, la perseverancia, la voluntad, la adopción de relaciones constructivas y de rechazo a manifestaciones de discriminación, de adicción y violencia, todo ello acorde con una cultura de paz entre sus coetáneos durante el desarrollo de las actividades físicas y deportivas.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Carreras de resistencia (arrancada media, pasos normales en recta y curvas)
- Salto de longitud técnica natural

Habilidades que se han de introducir en el grado

Carrera de relevos de distancias largas

- Cambio del batón por arriba con control visual
- Zona de cambio de los relevos largos

Salto de longitud

- Técnica o variante pecho (despegue, vuelo, caída y carrera de aproximación).

Orientaciones generales

Es importante tener en cuenta la relación existente entre la unidad de Condición Física y la de Atletismo, y su influencia en el desarrollo de las capacidades físicas, principalmente en las condicionales, por lo que al planificar el curso se debe establecer la adecuada relación intra e intermateria entre los contenidos, así como en la selección y dosificación de las actividades y en la forma de organizar cada clase. En este caso, se deben priorizar, en la Condición Física, las capacidades coordinativas ya que las capacidades condicionales reciben poca influencia, y están en correspondencia con el diagnóstico inicial y continuo.

Debido a las características propias de esta unidad didáctica, que busca la aceptación de su contenido curricular, se deben desarrollar las actividades en un ambiente ameno, a través de juegos, actividades dinámicas, alegres e interesantes, que despierten el interés de los educandos por su participación; con una favorable predisposición psíquica y adecuado nivel de aceptación de las tareas, estas se adaptan a sus posibilidades físicas y psíquicas, para el mejoramiento de su salud, y a favor de la inclusión y la participación de todos, en una unidad de aspectos cognitivos, afectivos, sociales y motivacionales.

Para la evaluación de los educandos en esta unidad se debe tener en cuenta, a un nivel de desarrollo grueso: relevo, cuidar que se realice el cambio en la zona establecida y el Salto, todas sus fases.

UNIDAD *Baloncesto*

Objetivos

- Ejecutar las acciones motrices deportivas en situaciones de juego, los contenidos a nivelar y los que se introducen: la recepción y pase en movimiento, el drible de avance y protección, el tiro después de recepción de un pase y/o drible, y las fintas simples y complejas.
- Respetar las reglas mínimas esenciales para el desarrollo del juego de Baloncesto en cualquier condición, y la incorporación de un lenguaje técnico para la mejor comprensión del juego.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud, así como el adecuado fortalecimiento de las

convicciones, la adquisición de conocimientos, la predisposición psíquica y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.

- Realizar las acciones motrices programadas para el grado acorde con las potencialidades, posibilidades y necesidades educativas especiales, con la consecuente expresión de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, y de solidaridad humana, expresados mediante su comportamiento y su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; y en el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Consolidación a través de ejercicios y juegos en forma de habilidades combinadas y complejos de habilidades
- El pase por encima de la cabeza con dos manos
- Pase de béisbol, drible y parada, *pívots* y el tiro libre.

Habilidades que se deben introducir en el grado

Recepción y pase en movimiento

- Tiro en movimiento después de recepción de pase y en movimiento después de drible
- Drible de avance y protección
- Fintas (desmarque)

Orientaciones generales

Al igual que en séptimo grado, la etapa prevista para impartir este deporte puede comenzar con clases de juegos para diagnosticar el nivel de desarrollo de los educandos. Si el profesor trabajó con los educandos durante el grado anterior y no necesita realizar la prueba diagnóstico por conocerlos muy bien, podrá comenzar a efectuar directamente los contenidos propuestos.

Durante el transcurso de la enseñanza de los elementos técnicos y los juegos de estudio se les deben enseñar a los estudiantes las reglas fundamentales, así como las señalizaciones más usuales de los árbitros.

Para el desarrollo de las clases, el profesor puede aplicar los ejercicios propuestos en séptimo grado u otros que sean más asequibles al educando.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad se debe tener en cuenta, a un nivel de desarrollo grueso: drible de avance y protección, tiro en movimiento y *pívots*.

UNIDAD *Balonmano*

Objetivos

- Ejecutar las acciones motrices deportivas en situaciones de juego, los contenidos a nivelar y los que se introducen en las acciones técnicas ofensivas: lanzamiento del balón en movimiento después de recepción de un pase, el drible de avance con protección, las fintas simples y complejas, el sistema ofensivo 3:3, situaciones de 1 *vs.*1 y 2 *vs.*1 y el sistema de juego defensivo 5:1.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud, así como el adecuado fortalecimiento de convicciones, la adquisición de conocimientos, la predisposición psíquica y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Realizar las acciones motrices programadas para el grado acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, con expresión de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Respetar las reglas mínimas esenciales para el desarrollo del juego de Balonmano en cualquier condición, y la incorporación de un lenguaje técnico para su mejor comprensión.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, de respeto a los símbolos patrios y los atributos nacionales y de solidaridad humana, expresados en su comportamiento y en su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; y en el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Técnicas ofensivas de la parada por salto y el pase clásico lateral, las técnicas defensivas del portero y la táctica ofensiva con el pase y va.

Habilidades que se deben introducir en el grado

Técnicas ofensivas

- Lanzamiento del balón en movimiento, después de recepción de un pase
- Drible: de avance y protección del balón

Técnicas defensivas

- Fintas (simples)

Sistema de juego ofensivo: sistema 3:3
Sistema de juego defensivo: sistema 5:1

Táctica

- Resolver situación de 1 *vs*.1
- Tomar decisión de juego 2 *vs*.1

Juego: juego de aplicación

Orientaciones generales

Continuar consolidando las habilidades principales aprendidas en grados anteriores y ponerlas en práctica en el contexto social lo que permitirá introducir otras. Durante el transcurso de la enseñanza de los elementos técnicos y los juegos de estudio, se les debe enseñar a los educandos las reglas fundamentales, así como las señalizaciones más usuales de los árbitros.

Como atención a la diversidad en las clases se deben realizar acciones dirigidas a adaptar las actividades propuestas a las posibilidades físicas y psíquicas de los educandos, favoreciendo la inclusión y participación de todos en el juego, en una unidad de aspectos cognitivos, afectivos, sociales y motivacionales.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad, a un nivel de desarrollo grueso, se debe tener en cuenta: drible de avance y protección, lanzamiento en movimiento, y recepción y pase en movimiento

UNIDAD *Béisbol*

Objetivos

- Ejecutar las acciones motrices deportivas en situaciones de juego, los contenidos a nivelar y los que se introducen: carrera de *home*-segunda base, el toque de bola de sacrificio y la posición de lado del lanzador.
- Respetar las reglas mínimas esenciales para desarrollar el juego de Béisbol en cualquier condición, con la incorporación de un lenguaje técnico para la mejor comprensión y/o utilización en las competencias.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud, y el adecuado fortalecimiento de convicciones, adquisición de conocimientos, predisposición psíquica y formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades, posibilidades y necesidades educativas especiales, expresadas mediante actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, así como de solidaridad humana, expresados en su comportamiento y mediante su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; y, además, el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Posición en la caja de bateo a ambas manos y ejecución del *swing* carrera *home*-primera base
- El fildeo de *rolling*, *fly* y tiro, y la posición de frente del lanzador.

Habilidades que se deben introducir en el grado

Carreras: carrera de *home*-segunda base
El lanzador: posición de lado
Bateo: toque de bola de sacrificio

Juegos

Orientaciones generales

Los juegos que se han de desarrollar deben estar en correspondencia con las habilidades que deben cumplimentarse en el módulo de contenido del grado. El profesor va incorporando otros juegos para impartirlos en sus clases; pero, al hacerlo, debe cuidar que el objetivo del juego corresponda al nivel de aprendizaje de sus educandos. La realización de los juegos no requiere de un carácter estricto en el cumplimiento de sus reglas y metodología, su variación depende de las condiciones del área y del nivel de los educandos.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad se debe tener en cuenta, a un nivel de desarrollo grueso: toque de bola de sacrificio, carrera *home*-segunda base, y el lanzador posición de lado.

UNIDAD *Fútbol*

Objetivos

- Ejecutar las acciones sociomotrices de cooperación significativa, simples y complejas de solución de problemas en situaciones de juego, las habilidades motrices en la nivelación de contenidos y las que se introducen: conducción de forma combinada de la táctica, el cambio de posición y las fintas del portero, las recogidas de balones altos con la entrega con la mano.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud, el adecuado fortalecimiento de convicciones, la adquisición de conocimientos, la predisposición psíquica y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Respetar las reglas mínimas esenciales para el desarrollo del juego de fútbol en cualquier condición y la incorporación de un lenguaje técnico para su mejor comprensión.

- Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, con adecuada expresión de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, y de solidaridad humana, expresados en su comportamiento y en su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; y en el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Conducción con el empeine interior, golpeo y pases con el empeine total, recepción con el muslo, fintas
- Del portero, su colocación y recogidas de balones rasos y medios

Habilidades que se deben introducir en el grado

Conducción: combinadas

Portero

- Recogida de balones altos
- Entrega con la mano (envío y lanzamiento)

Táctica: cambio de posición

- Fintas

Juegos

- Espacios reducidos
- Sencillos
- Con reglas especiales
- Con tareas

Orientaciones generales

Continuar consolidando y correlacionando las habilidades principales aprendidas en grados anteriores o por la transferencia recibida del contexto social, para introducir otras, junto a los conceptos y reglas básicas, lo cual permitirá que los educandos

jueguen correctamente o las interpreten cuando estén como espectadores.

Esta unidad debe favorecer los procesos de aprendizaje, la interacción recíproca, la búsqueda y reflexión de todos sus educandos; por lo que debe adaptar las actividades a las posibilidades físicas y psíquicas de estos, con vistas a la inclusión y participación de todos en una unidad de aspectos cognitivos, afectivos, sociales y motivacionales.

Los tiempos de juego y las dimensiones del terreno estarán en correspondencia con las condiciones de la infraestructura deportiva y los espacios disponibles en cada escuela, con las características del grupo etario y la base material de estudio. Las principales reglas y el resto de los conocimientos y desarrollo de habilidades que deben adquirir los educandos deben ser abordados a lo largo de la unidad y de acuerdo con la experiencia y riqueza motriz que estos poseen.

Se deben crear las condiciones necesarias y situaciones de aprendizaje para la construcción significativa de este mediante clases desarrolladoras, con el empleo de métodos productivos, con tareas abiertas de autopreparación e interacción grupal y cooperativa.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad, se debe tener en cuenta, a un nivel de desarrollo grueso: golpeo y pases con el empeine total, fintas con cambios dirección y del portero las recogidas de balones altos.

UNIDAD *Gimnasia aerobia escolar*

Objetivos

- Realizar acciones motrices específicas, con una complejidad de habilidades combinadas en las posiciones básicas (asimétricas): doble paso, paso cruzado, talón a la cola, *lange*, paso v, *lange* aéreo (al lado y atrás), *jumping jack*, pataditas al frente y lateral, la L, pasos de bailes (salsa, conga, pilón, mozambique) y combinaciones de brazos y pasos para su disfrute; con reconocimiento de la influencia positiva de estos ejercicios sobre el organismo, así como en su carácter y temperamento, y la consecuente motivación hacia la práctica de actividades físicas para su autoejercitación.

- Mostrar un desarrollo de las capacidades físicas coordinativas, condicionales (fuerza, rapidez y resistencia), así como la flexibilidad, el equilibrio y la agilidad de movimiento, en correspondencia con las habilidades motrices deportivas propias del desarrollo de este deporte en el grado, para el cumplimiento de las exigencias establecidas para la edad y el sexo de los estudiantes, según las normativas nacionales de las pruebas de Eficiencia Física.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud y con la formación de convicciones, la adquisición de conocimientos y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Conocer el lenguaje especializado utilizado en el deporte, para su mejor comprensión y aplicación en las competencias de la Gimnasia aerobia deportiva.
- Conocer los conceptos básicos, tanto teóricos como prácticos, para su autoejercitación en el tiempo libre, a partir de una cultura general, física, con conocimientos de diferentes disciplinas, asignaturas y actividades complementarias, teniendo en cuenta, entre otros, los principios de la relación interdisciplinaria, inter e intramateria.
- Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades y necesidades educativas especiales, a través de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, y a favor de la inclusión y participación de todos.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, y de solidaridad humana, expresados con su comportamiento y con su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; y el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de contenidos

- Posiciones básicas de los brazos (asimétricas)

- Pasos básicos de bajo impacto, marcha, paso toque (al lado, talón al frente, punta atrás, punta al frente, adentro, atrás)
- Pasos básicos de alto impacto (trotes, rodilla arriba saltando)

Habilidades que se deben introducir en el grado

Pasos básicos de bajo impacto

- Doble paso
- Paso cruzado
- Talón a la cola
- *Lange*
- Paso v

Pasos básicos de alto impacto

- *Lange* aéreo (al lado y atrás)
- *Jumping jack*
- Pataditas al frente, lateral y atrás

Pasos auxiliares

- La L
- Pasos de bailes (salsa, conga, pilón, mozambique)
- Combinaciones de brazos y pasos

Gimnasia localizada

- Ejercicios de flexibilidad activa y pasiva, parados y sentados
- Ejercicios para la tonificación muscular de las diferentes partes del cuerpo (parados, sentados y acostados)
- Ejercicios de estiramiento

Orientaciones generales

La gimnasia aerobia dentro del programa de Secundaria Básica está encaminada al logro de altos índices de salud en los educandos, así como a lograr que ellos reconozcan la influencia positiva de estos ejercicios sobre el organismo y que se ejerciten con placer, lo que sin lugar a dudas influirá positivamente en su carácter y temperamento y los motivará hacia la práctica de actividades físicas.

Se reitera que, en las clases de gimnasia aerobia para el octavo grado, no solo se enseñan diferentes técnicas de realización de los movimientos como tal, sino que también la repetición de los movimientos. Sin detener al grupo o al educando, el profesor corrige los errores sobre la marcha; la capacidad de resistencia aerobia se

va obteniendo en la medida en que se esté más tiempo trabajando ininterrumpidamente, se irán introduciendo nuevos contenidos adquiridos, aunque se recomienda la posibilidad de retomar y consolidar elementos ya desarrollados en séptimo grado.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad se debe trabajar el estilo libre que pudiera o no estar diseñado por el profesor, teniendo en cuenta el desarrollo alcanzado por los estudiantes, que contemple de 5 a 7 pasos básicos (doble paso, paso cruzado, talón a la cola, paso v, *lange*, pataditas y *jumping jack*), combinándolos con brazos simétricos y asimétricos, a un nivel de desarrollo grueso, teniendo en cuenta la coordinación, la bilateralidad y el ritmo.

UNIDAD *Voleibol*

Objetivos

- Realizar las acciones motrices deportivas, en situaciones de juego los contenidos a nivelar, con la introducción del pase por arriba y por abajo hacia el frente, el saque por arriba y su defensa.
- Respetar las reglas mínimas esenciales para el desarrollo del juego de voleibol, y la incorporación de un lenguaje técnico para la mejor comprensión del juego.
- Mostrar un bienestar físico y psíquico en relación con los niveles de salud, así como el adecuado fortalecimiento de convicciones, la adquisición de conocimientos, la predisposición psíquica y la formación de hábitos de práctica sistemática de actividades físicas.
- Realizar las acciones motrices programadas para el grado, acorde con las potencialidades, posibilidades y necesidades educativas especiales, con manifestación de actitudes de cooperación y ayuda al menos hábil o capaz, a favor de la inclusión y participación de todos en el juego.
- Manifestar sentimientos de amor a la patria, respeto a los símbolos patrios y atributos nacionales, y de solidaridad humana, expresados mediante su comportamiento y su valoración acerca de la significación de los acontecimientos físicos, deportivos y recreativos desarrollados a nivel local, regional, nacional y mundial; así como el reconocimiento de las glorias del deporte cubano y su influencia en el desarrollo de su personalidad acorde con su edad.

Contenidos

Nivelación de los contenidos

- El voleo pase por arriba hacia el frente y atrás
- El voleo pase por abajo hacia el frente
- La defensa del saque y el saque por abajo de frente
- Las ofensivas y defensivas del K1 y K2 y el sistema 6-0.

Habilidades que se deben introducir en el grado

Pases
- Por arriba hacia el frente
- Por abajo hacia el frente

Defensa: del campo
- Saque por arriba
- Defensa del saque por arriba

Combinación de habilidades

Juego
- Juegos predeportivos
- Juego de voleibol con el sistema 6-0

Orientaciones generales

En este grado se hace imprescindible la realización de un diagnóstico inicial para valorar el nivel de desarrollo de habilidades que poseen los educandos, así como el conocimiento que tienen sobre las reglas esenciales del juego en correspondencia con el contenido previsto para el grado.

El aprendizaje del voleibol resulta una actividad de carácter complejo debido a que los elementos que lo integran no suelen ser movimientos naturales del sujeto; es difícil controlar el balón y más aún si no existe un dominio técnico de los elementos del juego.

En esta etapa se debe hacer uso de la fase sensible de coordinación segmentaria óculo-manual, y prestar atención a las diferencias individuales con una enseñanza inclusiva en la que se propongan actividades diversas de acuerdo con las posibilidades físicas y psíquicas de los educandos; se debe mejorar la salud, favorecer la participación de todos en el juego y realizar acciones que van de lo simple a lo complejo. Se debe comenzar jugando en

espacio reducido, e ir graduando la distancia de separación de la net a la hora de ejecutar los saques.

Para la evaluación de los estudiantes en esta unidad se debe tener en cuenta, a un nivel de desarrollo grueso: realizar el **pase por arriba y por abajo**, condicionado por la posibilidad de hacer llegar el balón a la zona 2 o 4 y la defensa del saque.

EXIGENCIAS PARA LA EVALUACIÓN DE LOS EDUCANDOS EN LA ASIGNATURA

El sistema de evaluación mantiene su carácter práctico, o sea, se realizará sobre la base de actividades práctico-evaluativas establecidas en la Resolución Ministerial correspondiente, acorde con las particularidades y especificidades de la asignatura en el nivel educacional.

A partir del diagnóstico inicial que se realiza de cada unidad o deporte (habilidades motrices deportivas) y Condición Física (capacidades físicas condicionales y coordinativas), se dará seguimiento o continuidad a este, mediante actividades de control sistemáticas durante el desarrollo de cada una de las unidades motivo de estudio en el curso escolar, con un carácter sumatorio y acorde con el valor establecido en los documentos normativos del Ministerio de Educación.

Con respecto a los controles parciales o trabajos prácticos, se realizarán al finalizar cada unidad o deporte dirigido al desarrollo de habilidades motrices deportivas, con el valor que se norma por el Ministerio de Educación. Se efectuarán sobre la base de una habilidad combinada, un complejo de habilidades o la competencia intramural, las cuales serán definidas por los profesores considerando el nivel de posibilidades de los educandos.

Otra forma de control son las pruebas de Eficiencia Física, las que cumplen con las normativas del Plan Nacional dictaminadas por el INDER, y otorgan la calificación establecida con la metodología correspondiente.

Los resultados parciales se suman y promedian para otorgar la calificación final.

Es importante aclarar que en la metodología del Sistema de Evaluación específica de la Educación Física estarán presentes elementos de la coeducación en lo relacionado con la participación de los educandos en el control y autocontrol de los resultados de

forma sistemática en las clases, así como en la determinación de los controles parciales que se realizarán al finalizar cada deporte o unidad.

La evaluación conserva su carácter integral, pues esta no solo valora el desarrollo de las habilidades motrices deportivas y las capacidades físicas, si no que, además, en las competencias intramurales evalúa el desarrollo de valores éticos en los educandos, al comprobar el cumplimiento de las reglas oficiales de los deportes, así como su actuación en el juego o en las competencias: si es solidario, respetuoso, responsable, perseverante. La evaluación también se relaciona con la estética, pues tiene presente la coordinación, la fluidez y la efectividad de calidad de los movimientos en las actividades evaluativas que se efectúan.

Bibliografía para el docente

Alderete, J. L.: *Baloncesto, técnica individual defensiva,* Ed. Gymnos, Madrid ,1998.

Álvarez Zayas, C.: *La escuela en la vida. Didáctica,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1999.

Árpád, Csanádi: *El fútbol,* t. 2, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1980.

_____: *El fútbol,* t. 3, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1985.

_____: *El fútbol,* t. I y II, Ediciones Deportivas, La Habana, 1968.

Bárcena González, D.: *Balonmano: técnica y metodología,* Ed. Gymnos, Madrid, 1991.

Betancourt Mella, L., Quintana Díaz y A. Lombart Hevia: *El Atletismo en el ámbito escolar,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1991.

Bové, A.: *Medicina del ejercicio. Principios fisiológicos y aplicaciones clínicas,* El Ateneo, Buenos Aires, 1987.

Brikin, A. T. y otros: *Gimnasia,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1985.

Cercel, P.: *Balonmano. Ejercicios para las fases del juego,* Bucarest, 2009.

Colado, J. C.: *Entrenamiento en la sala de Fitness,* Barna,1997.

Colectivo de autores: *Bases generales para el perfeccionamiento del Sistema Nacional de Educación*, ICCP, La Habana, 2012. [Soporte digital].

Colectivo de autores: *Folleto de Atletismo,* EIEFD, La Habana, 2002.

Colectivo de autores: *Manual de Béisbol de las EPEF,* Cátedra de la escuela superior de Educación Física Comandante Manuel Fajardo, La Habana, 1975.

Colectivo de autores: *Manual del profesor de Educación Física,* tomo II, Editorial José A. Huelga, La Habana, 1996.

Delmonico, R.: *Offensive Baseball Drills. Base Running and Team Drills,* USA, 1996.

Ealo de la Herrán, Juan: *El Beisbol,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1986.

Fleitas, I.: *Métodos y procedimientos para la educación de las capacidades motrices,* [*s.n.*], [s.l.], 2000.

_____: *Teoría y práctica general de la gimnasia,* Ed. ENPES, La Habana, 2000.

Forcade Rivalta, L.: *Balonmano. Selección de textos,* Ed. Deportes, La Habana, 2008.

Friedler, Marianne: *Voleibol,* Ed. Pueblo y Educación, Ciudad de La Habana, 1972.

Gallagher, J.: *El Método Pilates,* Ediciones Oniro, Barcelona, 2000.

Gayoso, F.: *Enseñanza del Fútbol,* Ed. Gymnos, Madrid, 2005.

Gladman, G.: *Balonmano; hándbol a 11 y a 7 jugadores,* [*s.n.*], Barcelona, 1970.

Green Carin, N.: *Balonmano. Children's Hándbol*, [*s.n.*], Suiza, 2006.

Hattig, Fritz: *Balonmano. Técnica–táctica. Regla*, Santo Domingo, 2010.

Hessing, Walter: *Voleibol para principiantes: Entrenamiento, técnica y táctica,* Ed. Paidotribo, Barcelona, 1999.

INDER: Ajustes a los Programas de Educación Física de las Educaciones Primaria, Secundaria Básica y Preuniversitario, 2005. (Versión Digital).

_____: *Programas de Educación Física de la Educación Primaria del Perfeccionamiento*, Ed. Deportes, La Habana, 2001, 2002.

_____: *Programas de Educación Física de la Educación Preuniversitario del Perfeccionamiento,* Ed. Deportes, La Habana, 2001, 2002.

_____: *Programas de Educación Física de la Educación Secundaria Básica del Perfeccionamiento,* Ed. Deportes, La Habana, 2001, 2002.

Käsler, H.: *Hándbol; del aprendizaje a la competencia,* [*s.n.*], Buenos Aires, 1976.

Lauren, A.: *Aeróbic para todos,* Ed. Gymnos, Madrid, 1996.

López Rodríguez, A.: *El proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Física,* Ed. Científico-Técnica, La Habana, 2006.

López Rodríguez, A.: *La Educación Física. Más educación que física,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 2006.

MINED: *Programas de Educación Física de la Educación Preuniversitaria de los Perfeccionamientos,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1975 y 1986.

_____: *Programas de Educación Física de la Educación Secundaria Básica de los Perfeccionamientos,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1975 y 1986.

Navarro Eng, Dalia: *Metodología para la Enseñanza de la Gimnasia Aerobia,* Ed. Deportes, La Habana, 2005.

Olivera Beltrán, Javier: *1169 Ejercicios y juegos de Atletismo,* 3.ª ed., Ed. Paidotribo, Barcelona, 1999.

Ozolín, N. G. y Harkov, D. P.: *Atletismo,* Ed. Ciencia y Técnica, La Habana, 1991.

Pascual Fis, A.: *Actividad Física Adaptada,* Ed. Deportes, La Habana, 2009.

_____: Crecimiento, maduración, desarrollo y las fases sensibles para la enseñanza y entrenamiento con niños y adolescentes en La Educación Física y el Deporte, Curso Internacional, Palacio de la Convenciones, La Habana, 2006.

Reynaldo, F.: *Del béisbol casi todo,* Imprenta Nacional, Panamá, 1999.

Ruiz Aguilera, A.: *Teoría y Metodología de la Educación Física y el Deporte Escolar,* ICCP, La Habana, 2012.

Ruiz Aguilera, A., A. López Rodríguez y F. Dorta Sasco: *Teoría y Metodología de la Educación Física,* t. I y II, Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1985.

Román Dios, J.: *Técnica, táctica del balonmanista,* [*s.n.*], Madrid, 1990.

Román Suárez, I.: *Multifuerza,* Ed. Deportes, La Habana, 2011.

Romero Frómeta, Edgardo: *Metodología de la enseñanza de las carreras de distancias cortas y relevos,* INDER, La Habana, 1987.

Sainz de la Torre, N.: *Psicología de la Educación Física y el Deporte Escolar,* Ed. Deportes, La Habana, 2010.

Sánchez, M. y otros: *Los 100 juegos del Plan de la calle,* Ed. Orbe, La Habana, 1977.

Vygotsky, L.: *Pensamiento y lenguaje,* Ed. Pueblo y Educación, La Habana, 1982.

Woiciech, J.: *Hándbol. Juegos para el entrenamiento,* [*s.n.*], Buenos Aires, 1991.

Zlelezniak, Y. D., Y. N. Klesshev y Chejov: *La preparación de los voleibolistas jóvenes,* Ed. Científico-Técnica, La Habana, 1969.

EDITORIAL
PUEBLO Y EDUCACIÓN