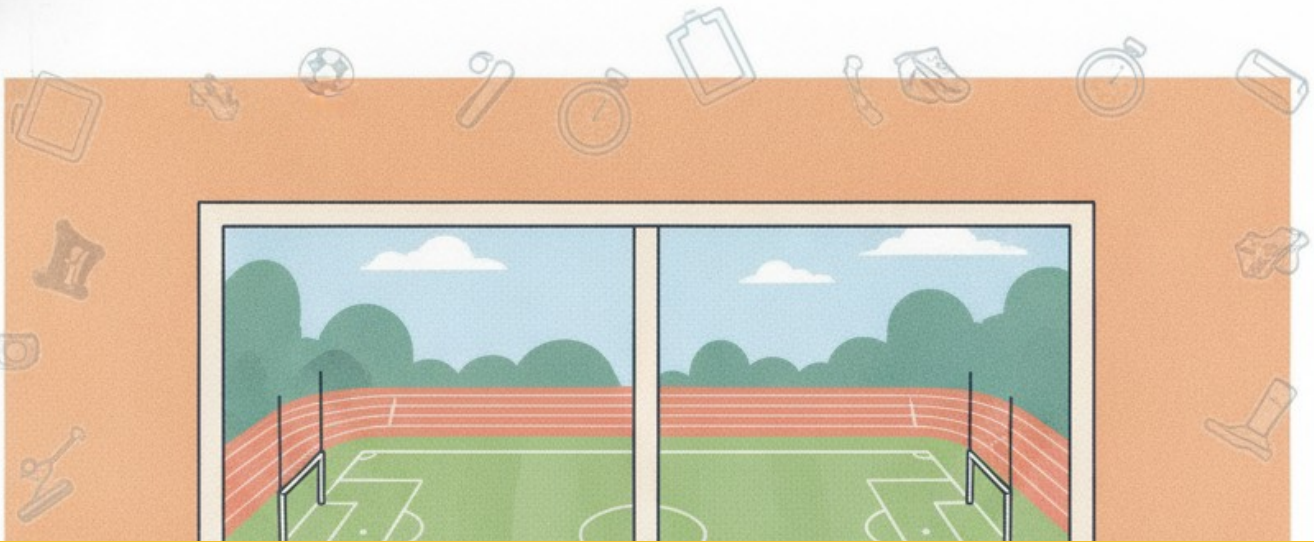




De lo Humano y lo Comunitario

# Programa Analítico Educación Física

1º Secundaria T1

1º • Trimestre 1 • Ciclo 2026-2027 • Escolar • Fase 6



## De lo Humano y lo Comunitario

|                           |                                                                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Metodología</b>        | AS — Aprendizaje de Servicio                                                                                                |
| <b>Proyecto principal</b> | Educación Física — dosificación anual                                                                                       |
| <b>Semanas</b>            | S1 a S36 (36 semanas · 72 sesiones)                                                                                         |
| <b>Escenario</b>          | Escolar y Comunitario                                                                                                       |
| <b>Producto final</b>     | Cuaderno del movimiento por proyecto y plan de bienestar; al año, el encuentro/festival de EF que integra los 5 contenidos. |

## Contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (5)

| Contenido                                                                  | Proceso de Desarrollo de Aprendizaje (PDA)                                                                                                                                                              | Proyectos |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Capacidades, habilidades y destrezas motrices.                             | Explora las capacidades, habilidades y destrezas motrices, para enriquecer y ampliar el potencial propio y de las demás personas.                                                                       |           |
| Potencialidades cognitivas, expresivas, motrices, creativas y de relación. | Pone en práctica los elementos de la condición física en actividades motrices y recreativas, para reconocerlas como alternativas que fomentan el bienestar individual y colectivo.                      |           |
| Estilos de vida activos y saludables.                                      | Implementa acciones que le permiten mantenerse físicamente activo en diferentes momentos del día, para favorecer la práctica de estilos de vida saludables.                                             |           |
| Pensamiento lúdico, estratégico y creativo.                                | Toma decisiones individuales y colectivas en situaciones de juego (defensivas u ofensivas), con el propósito de valorar su efectividad.                                                                 |           |
| Interacción motriz.                                                        | Pone a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el fin de alcanzar metas comunes y obtener satisfacción al colaborar con las demás personas. |           |

## Los 7 ejes articuladores en este trimestre

Matriz de cobertura de los 7 ejes articuladores del Plan de Estudios 2022 para el primer trimestre de Educación Física. Demuestra cómo cada eje se transversaliza en las actividades de la asignatura, con la evidencia concreta de lo que el grupo hará. Es lo que el supervisor revisa para verificar que ningún eje quede sin atender.

| Eje                              | Qué significa                                                                                                                                                                                                                | Proyectos                                            | Evidencia en el trimestre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Inclusión</b>                 | Reconocer y valorar la diversidad del alumnado. Garantizar que todos los estudiantes, independientemente de su condición, género, cultura, lengua, capacidad o contexto, participen y aprendan en igualdad de oportunidades. | <b>Todos los contenidos</b>                          | Las estaciones, los circuitos y los juegos se organizan para que todas las personas participen con sus propias capacidades, destrezas y ritmos, sin excluir a nadie por su condición física, su cuerpo o su habilidad. Se valora la diversidad corporal del grupo y se adaptan las consignas (material, distancia, intensidad) para que cada estudiante avance desde su nivel. Los equipos se integran de manera equilibrada y rotan los roles, de modo que todos viven el juego como protagonistas. |
| <b>Pensamiento crítico</b>       | Desarrollar la capacidad de cuestionar, analizar, argumentar y tomar decisiones informadas. No es opinar sin fundamento: es construir razonamientos basados en evidencia y reflexión.                                        | <b>Capacidades, habilidades y destrezas motrices</b> | Al analizar sus decisiones en el juego, los estudiantes preguntan por qué tomaron esa opción y si fue efectiva, y proponen mejoras para sí mismos y para su equipo. Al revisar sus hábitos de movimiento, cuestionan si su rutina diaria favorece o no su salud y argumentan qué cambiar. La elección de estrategias ofensivas y defensivas exige razonar con evidencia sobre lo que funciona en cada situación.                                                                                     |
| <b>Interculturalidad crítica</b> | Reconocer que México es un país pluricultural y plurilingüe. Superar la visión folclórica para construir relaciones de respeto y diálogo entre culturas, cuestionando las desigualdades históricas.                          | <b>Capacidades, habilidades y destrezas motrices</b> | Los juegos tradicionales y autóctonos de México y de la comunidad se practican y se valoran como patrimonio corporal, no como curiosidad folclórica: se indaga su origen, sus reglas y su sentido. Se reconoce que las prácticas corporales de distintos pueblos y regiones (juegos, danzas, deportes) son formas legítimas de movimiento y de relación, y se ponen en diálogo con los deportes que practican los jóvenes.                                                                           |

## Momentos clave del trimestre

| Momento                                                      | Qué evaluar                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Con qué                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Diagnóstico inicial (S1, inicio del ciclo)</b>            | El punto de partida de cada estudiante en motricidad, condición física y participación: exploración de destrezas motrices, hábitos de actividad física, disposición al juego y a la colaboración. Es un diagnóstico, no un examen con calificación: sirve para conocer desde dónde se parte y planear las adecuaciones. | Evaluación diagnóstica de Educación Física (observación + pruebas motrices sencillas) + observación de las primeras sesiones |
| <b>Evaluación de proceso (S1 a S13, continua)</b>            | El progreso en los PDA de cada contenido: si el estudiante explora sus destrezas motrices, pone en práctica los elementos de la condición física, toma decisiones en el juego e interactúa motrizmente para alcanzar metas comunes. Se evalúa el proceso, no solo el desempeño final.                                   | Lista de cotejo + diario de observación + rúbrica de desempeño + autoevaluación                                              |
| <b>Cierre trimestral (S13, 24 a 27 de noviembre de 2026)</b> | La integración de los aprendizajes de los 5 contenidos: qué PDA se lograron, cuáles necesitan refuerzo en el segundo trimestre y qué estudiantes requieren apoyo adicional en motricidad o condición física. Se evalúa el festival de activación física como producto final.                                            | Examen trimestral de Educación Física + rúbrica del festival + cuaderno de Educación Física                                  |