



ESTADO LIBRE ASOCIADO DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

OFICINA DEL SECRETARIO

20 de julio de 2013

Carta Circular Núm.: 13-2013-2014

Subsecretarias, Secretaria Asociado de Educación Especial, Secretarios Auxiliares, Directora Ejecutiva del Instituto de Capacitación Administrativa y Asesoramiento a Escuelas, Director del Instituto para el Desarrollo Profesional del Maestro, Directores de Oficinas, Programas y Divisiones, Directores de las Regiones Educativas, Ayudantes Especiales a cargo de los Distritos Escolares, Supervisores Generales de Educación Física, Directores de Deportes, Superintendentes de Escuelas, Superintendentes Auxiliares, Facilitadores Docentes, Directores de Escuelas y Maestros de Educación Física

POLÍTICA PÚBLICA SOBRE LA ORGANIZACIÓN DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LAS ESCUELAS ELEMENTALES Y SECUNDARIAS DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN DE PUERTO RICO

La Ley 149-1999 (Ley Núm. 149 de 15 de julio 1999), según enmendada, conocida como Ley Orgánica del Departamento de Educación de Puerto Rico, establece en su Artículo 5.12, que el Secretario formulará normas de aplicación en todas las escuelas con el fin de darle coherencia a la gestión educativa del Sistema de Educación Pública. Además, el Artículo 6.03, en su inciso c, dispone que el Secretario, en su función de director¹ académico del Sistema de Educación Pública de Puerto Rico, “establecerá un currículo básico para el Sistema de Educación Pública con márgenes de flexibilidad suficientes para que las escuelas lo adapten a sus necesidades y prescribirá el plan de estudios correspondientes a cada grado y nivel del Sistema”. La base legal que fundamenta el Programa de Educación Física es la Ley 146-2000, (Ley Núm. 146 del 10 de agosto de 2000), que fue incorporada a la Ley Orgánica del Departamento de Educación. Esta Ley establece la restitución de la educación física como requisito del Sistema Público de Enseñanza.

¹ Nota Aclaratoria- Para propósitos de carácter legal, con relación a la Ley de Derechos Civiles de 1964, el uso de los términos maestro, director, supervisor, superintendente, estudiante y cualquier otro que pueda hacer referencia a ambos sexos, incluyendo tanto el masculino, como el femenino.

La Ley Núm. 146-2000 establece en su exposición de motivos, que el proceso educativo está incompleto si no incluye la instrucción de la educación física como parte de la formación del estudiante. La Asociación Nacional para el Deporte y la Educación Física de Estados Unidos (NASPE) recomienda que todos los estudiantes, desde Kinder al duodécimo grado, reciban educación física regularmente; que se establezca la educación física como requisito para graduación, y que no se sustituya la educación física por actividades que incluyan el ejercicio físico.

Expertos han planteado repetidamente que la educación física promueve en el niño el desarrollo de fortaleza y resistencia muscular, flexibilidad y desarrollo de la capacidad cardiovascular a través del ejercicio. De igual manera, refuerza lo aprendido en todo el currículo al proveer un laboratorio para las ciencias, matemáticas y estudios sociales. Además, facilita el desarrollo de responsabilidad respecto a su salud y condición física en el estudiante y lo ayuda a los jóvenes a trabajar para lograr alcanzar unas metas.

La Ley Núm. 146 especifica, en su Artículo 2.04, en su inciso s, que en las escuelas se asignarán salones y facilidades adecuadas para los cursos regulares de educación física. El Artículo 3.03, indica que promuevan el desarrollo físico saludable, a través del requisito de participación en los cursos de educación física. El Artículo 3.04, establece que las escuelas proveerán a todos sus estudiantes un mínimo de tres (3) horas semanales de educación física. Se garantizará un maestro de educación física por escuela. Para el caso de escuelas con más de doscientos cincuenta (250) estudiantes se nombrará a maestros adicionales por cada doscientos cincuenta (250) o fracción.

La Ley 235 - 2008 (Ley Núm. 235 de 9 de agosto de 2008), conocida como, Ley del Protocolo Uniforme de Atención para el Niño Obeso, establece en su exposición de motivos que Puerto Rico enfrenta un serio problema de obesidad que afecta la salud y la calidad de vida de nuestros ciudadanos. Estudios realizados evidencian que nuestra isla ocupa el segundo lugar en América con los por cientos más elevados de sobrepeso y obesidad. Como dato significativo, el sesenta y dos (62%) por ciento de los puertorriqueños se encuentra sobrepeso u obeso. El perfil del sedentarismo así como los pobres hábitos alimenticios se muestran como responsables principales del deteriorado estado de salud que presenta la mayoría de la población puertorriqueña en general.

Política pública del gobierno es implantar un sistema que nos permita obtener información documentada y objetiva sobre la constitución física de cada niño que ingrese al sistema escolar y utilizar estos datos como base de esfuerzos enfocados en resolver este problema. El índice de masa corporal (IMC) es el parámetro universal para medir obesidad, el mismo consiste en la evaluación de dos variantes, a saber: estatura y peso. Además, la implantación de esta iniciativa legislativa junto con los resultados de esta medición creará un escenario favorable para la coordinación de esfuerzos que transformen positivamente la condición física y la calidad de vida de nuestros niños.

Enfoque Filosófico

El enfoque filosófico en que se fundamenta el Programa de Educación Física concibe esta disciplina educativa como la práctica formal o informal de las actividades físicas y recreativas en sus diversas expresiones. Partiendo de esa concepción, se incluyen en la clase de educación física manifestaciones muy variadas de los movimientos que realiza el ser humano. Entre estas se destacan y promueven actividades de movimiento en todas sus variantes, para un desarrollo integral: el ritmo y la danza, la gimnasia, el ejercicio físico, las actividades relacionadas con la naturaleza, las acuáticas y varias categorías del deporte. La perspectiva filosófica que guía la práctica pedagógica en la clase de educación física, se contempla en los Estándares de Excelencia y Expectativas de Aprendizaje por Grados.

En esta asignatura se utiliza el movimiento corporal para el aprendizaje. No obstante, los efectos de esta forma de aprendizaje influyen positivamente en el desarrollo de la personalidad y la calidad de vida de nuestros niños incidiendo así, en su formación social, ética, motriz, cognitiva y afectiva.

La educación física es esencial para lograr el desarrollo de un estilo de vida activo y saludable. Esa conducta, solo es posible cuando el individuo interioriza temprano en su vida, la importancia de las actividades relacionadas con el movimiento corporal, así como un grado adecuado de competencia en su ejecución. Esta es una premisa básica del Programa de Educación Física, que tiene como meta primordial la transformación de nuestros estudiantes hacia una mejor calidad de vida.

El Programa de Educación Física es parte del currículo en todos los niveles del sistema de educación pública. El mismo contribuye a que se alcancen las metas a las que se aspiran por medio de las diferentes actividades que se desarrollan. Por ello, se estructura en tres fases programáticas, a saber:

- a. **fase académica-** es el desarrollo del curso de Educación Física como asignatura requerida en todos los niveles educativos.
- b. **fase intramural-** se define como aquella en la que se organizan y desarrollan actividades de movimiento en las que participan estudiantes de una misma escuela.
- c. **fase interescolar-** son aquellas actividades de movimiento, de orden competitivo deportivo, donde participan dos o más escuelas.

Estas fases se diseñan respondiendo a las metas, estándares, expectativas por grado de esta disciplina para lograr el desarrollo integral del estudiante en cada núcleo escolar, como instrumento de aprendizaje. A continuación se describen:

I. FASE ACADÉMICA

La fase académica se organiza según los cuatros niveles de enseñanza como asignatura requerida dentro del currículo escolar: K-3, 4-6, 7-9 y 10-12. Se reconoce que el proceso educativo del estudiante estaría incompleto si no se incluye la educación física como elemento fundamental en su formación, según establece la Ley 146.

El concepto medular de esta fase es la Aptitud Física. El maestro desarrolla el medio más apropiado de las manifestaciones de movimiento humano. Toma en consideración las etapas de desarrollo de los estudiantes, sus intereses, así como las particularidades de su escuela y comunidad.

La Educación Física abarca manifestaciones del movimiento tales como: acondicionamiento físico, destrezas fundamentales y complejas de movimiento, movimiento creativo, juegos sencillos y complejos, juegos cooperativos y creativos, actividades en contacto con la naturaleza, actividades acuáticas, ritmos, bailes, deportes individuales y de conjunto, entre otros.

La clase de educación física se les ofrece a todos los estudiantes, independientemente de las diferencias que puedan existir por razón de género, raza, nacimiento, origen nacional, condición social, ideas políticas o religiosas, edad, habilidades, destrezas y condiciones físicas o mentales. El Programa tiene como meta el desarrollo del potencial individual, social y la eficiencia en el movimiento en el espacio físico.

A. Currículo en la Escuela Elemental

1. Se utilizará como base para la planificación diaria los componentes de la aptitud física relacionada con la salud y la aptitud motriz (componentes neuromotores).
2. Se enfatizará en la prevención de la obesidad.
3. El año escolar comenzará con el diagnóstico de los componentes relacionados a la salud y partiendo de este, será la planificación de las actividades de movimiento.
4. El maestro seleccionará aquellos medios de movimiento más adecuados para el estudiante.
5. Tomará en consideración los intereses, necesidades, fortalezas y áreas de oportunidad de los estudiantes.
6. La evaluación del maestro se basará en la fase diagnóstica, formativa y sumativa.

Nivel: Kindergarten a Tercer Grado (K-3)

1. La estimulación temprana de la aptitud física en los estudiantes ayudará a la prevención de la obesidad, a tener mejores hábitos alimentarios y al desarrollo de estilos de vida activos y saludables.
2. En este nivel, el contenido curricular enfatiza el desarrollo del potencial del estudiante para el manejo efectivo de su cuerpo.
3. Se destaca la relación con el medio físico y social, así como el desarrollo de las destrezas fundamentales de locomoción, no locomoción y manipulativas, las cuales son necesarias para que el estudiante pueda lograr el significado del movimiento.
4. Las características de este nivel son: los movimientos libres y en secuencia a diferentes ritmos y niveles, los movimientos del cuerpo en relación con objetos de diferentes tamaños y texturas, las carreras, los juegos sencillos, rítmicos, cooperativos, entre otros, que estimulen la creatividad.

CURRÍCULO DE KINDERGARTEN A TERCER GRADO

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|--------------|-------------------------------------|---|
| Kindergarten | Educación Física | La clase se ofrecerá en periodos de treinta (30) minutos. *Durante el año escolar 2013-2014, el Programa de Educación Física y el Programa de Educación para la Niñez Temprana coordinarán la preparación del Informe Perfil de Evaluación del Estudiante, de manera que se utilice un instrumento uniforme en todas las escuelas del sistema público. |
| Primero | Educación Física 1 Edfi 111-1111 | Se otorgará nota a los estudiantes que participen de la fase académica. La misma contará para el promedio general del estudiante. El maestro someterá, a través del SIE, las puntuaciones acumuladas obtenidas de los instrumentos de evaluación para generar un Informe de Progreso Académico cada diez (10) semanas. |
| Segundo | Educación Física 2 Edfi 111-1112 | |
| Tercero | Educación Física 3 Edfi 111-1113 | |

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|-------|---|---|
| K-3 | Educación Física K-3 Edfi 111-1107 Intramural Elemental | <p>En las escuelas donde la organización escolar lo permita se ampliará los ofrecimientos a los estudiantes de este nivel con la fase intramural.</p> <p>Educación Intramural elemental para promover la participación en actividades de movimiento. El maestro deberá desarrollar actividades intramurales alineadas a las expectativas del grado.</p> |

DESTREZAS, ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN POR NIVELES

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|---------------|---------|--|---|--|
| Kindergarten | Nivel 1 | Inicio en Destrezas Fundamentales (locomotoras /no locomotoras /manipulativas) | Destrezas de locomoción, no locomoción y manipulativas. | Pruebas de Medición Al comenzar y al finalizar cada semestre escolar, el maestro tomará el peso y la estatura. |
| Primer Grado | Nivel 2 | Desarrollo y Madurez | Desarrollo de la aptitud física a través de juegos: sencillos rítmicos y cooperativos, entre otras clasificaciones. | Pruebas de Medición: el peso ideal y la estatura de cada estudiante será clasificado según establecido en la tabla (Anejo1). |
| Segundo Grado | Nivel 3 | Madurez y Versatilidad (mayor duración y complejidad) | Actividades en la naturaleza | |

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|--------------|-------|--|--|--|
| Tercer Grado | Nivel | Madurez y Versatilidad (combinación de destrezas/refinamiento) | <p>Destrezas de locomoción, no locomoción y manipulativas.</p> <p>Desarrollo de la aptitud física a través de juegos sencillos rítmicos y cooperativos, entre otras clasificaciones</p> <p>Actividades en la naturaleza</p> <p>Rutinas de gimnasia</p> | Los datos se recopilarán en la tabla: Peso Ideal y Estatura del Estudiante (Anejo 2). |

a. Nivel Cuarto a Sexto Grado (4-6)

1. En este nivel el estudiante participa en actividades de movimiento dirigidas al desarrollo de los conceptos relacionados con los componentes de la aptitud física y la aptitud motriz para fomentar la capacidad funcional y la efectividad en el movimiento.
2. El estudiante participará en experiencias de movimiento que promueven el desarrollo de su autoestima, el trabajo en equipo y la conducta responsable como parte de un estilo de vida activo y saludable.
3. Se inicia a los estudiantes en juegos de mayor organización y complejidad y educación pre-deportiva.
4. Las características de este nivel son: juegos sencillos, rítmicos, cooperativos, de desafío y reto, pre-deportivos y deportes modificados.

CURRÍCULO DE CUARTO A SEXTO GRADO

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|----------------|--|--|
| Cuarto | Educación Física 4 Edfi 111-1104 | Se otorgará nota a los estudiantes que participen de la fase académica y contará para el promedio general del estudiante. El maestro someterá a través del SIE las puntuaciones acumuladas obtenidas de los instrumentos de evaluación para generar un informe de Progreso Académicos cada diez (10) semanas. |
| Quinto | Educación Física 5 Edfi 111-1105 | |
| Sexto | Educación Física 6 Edfi 111-1106 | |
| Cuarto a Sexto | Educación Física Intramural 4-6 Edfi 111-1107 | El maestro deberá desarrollar un programa de actividades alineadas a las expectativas del grado para ofrecerlas a los estudiantes. Todos los estudiantes del nivel deben ser expuestos a actividades de movimiento. |

DESTREZAS, ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN POR NIVELES

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|--------------|---------|-----------------------------------|---|---|
| Cuarto Grado | Nivel 1 | Inicio a Destrezas Especializadas | Aptitud Física se desarrollará por seis (6) semanas al comienzo del primer semestre del año escolar. Juegos: sencillos, cooperativos, pre-deportivos, entre otras clasificaciones y deportes modificados y | Pruebas de Medición Al comenzar y al finalizar cada semestre escolar, el maestro tomará el peso, la estatura y el índice de masa corporal. |
| Quinto Grado | Nivel 2 | Madurez/Fluidez | | El peso Ideal y la estatura de cada |

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|-------------|---------|-------------------------------|--|---|
| Sexto Grado | Nivel 3 | Mayor Complejidad / Precisión | para el desarrollo y fluidez de destrezas fundamentales de los deportes de: <ul style="list-style-type: none"> • Badminton • Baloncesto • Fútbol • Pista y Campo • Softball • Tenis de Campo • Tenis de Mesa • "Volleyball" • Bailes Folkloricos • Ajedrez * De acuerdo con las facilidades, equipos o materiales disponibles. | estudiante será clasificado según establecido (Anejo 1). El índice de masa corporal será clasificado según establecido (Anejo3). Los datos se recopilarán en la tabla: Peso Ideal y Estatura del Estudiante (Anejo 2). Índice de Masa Corporal (Anejo 4). |

B. CURRÍCULO DEL NIVEL INTERMEDIO

Séptimo a Noveno Grado (7- 9)

En este nivel la diversidad de ofrecimientos permite a los estudiantes exponerse a experiencias de movimiento novedosas que les motiven a aprender y que, a su vez, se conviertan en opciones viables para hacerlas parte de un estilo de vida saludable, a través de toda su vida.

1. El énfasis del currículo está dirigido a ofrecer al estudiante una variedad de experiencias de movimiento que le permita conocerse mejor y retar sus capacidades físicas.
2. Se enfatiza también el desarrollo de destrezas para trabajar en equipo, mostrar su liderato en la solución de problemas de movimiento y desarrollar programas individualizados de aptitud física, dirigidos al establecimiento de estilos de vida saludables.

CURRÍCULO DE SÉPTIMO A NOVENO GRADO

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|----------|--|---|
| Séptimo | Educación Física 7 Edfi 121-1107 | Si la escuela cuenta con maestros suficientes, los estudiantes tomarán la clase en todos los grados del nivel, conforme lo establece la Ley 146. |
| Octavo | Educación Física 8 Edfi 121-1108 | Se otorgará nota a los estudiantes y contará para el promedio general. El maestro someterá las puntuaciones acumuladas a través del SIE cada diez (10) semanas. |
| Noveno | Educación Física 9 Edfi 121-1109 | |
| 7mo -9no | Educación Física Intramural 7-9 Edfi 121-1110 | Donde haya más de un (1) maestro se debe garantizar, al menos, un periodo intramural de cincuenta (50) minutos. |

DESTREZAS, ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN POR NIVELES

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|-----------------|---------|---|---|--|
| 7 ^{mo} | Nivel 1 | Técnicas Básicas | Aptitud Física se desarrollará de forma compulsoria por cuatro (4) semanas al comienzo del primer semestre del año escolar. Además se integrará a los juegos pre-deportivos, deportes modificados, ritmos y bailes, durante todo el año. Conjunto Selección de cuatro (4) entre: <ul style="list-style-type: none"> • Baloncesto • Balonmano • Fútbol | Pruebas de Medición |
| 8 ^{vo} | Nivel 2 | Técnicas y Tácticas Básicas e Intermedias | | Al comenzar y al finalizar cada semestre escolar, el maestro tomará el peso, la estatura y el índice de masa corporal. |
| 9 ^{no} | Nivel 3 | Técnicas y Tácticas Intermedias y Avanzadas | | El peso Ideal y la estatura de cada estudiante será clasificado según establecido (Anejo 1). |
| | | | | El índice de masa corporal será clasificado según establecido |

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|-------|-------|----------|---|--|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> • "Softball/Baseball" • "Volleyball" <p>Individuales Selección de tres (3) entre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bádminton • Bailes: Sociales, Folklóricos y Multiculturales • Acampada (<i>Camping</i>) • Pista y Campo • Tenis de Mesa • Tenis de Campo • Ajedrez | <p>(Anejo3).</p> <p>Los datos se recopilarán en la tabla:</p> <p>Peso Ideal y Estatura del Estudiante (Anejo 2).</p> <p>Índice de Masa Corporal (Anejo 4).</p> |

C. CURRÍCULO DEL NIVEL SUPERIOR

Décimo a Duodécimo Grado (10-12)

En el nivel superior se estudia con mayor profundidad las manifestaciones del movimiento, para fomentar su participación y liderato, que le permitirá al estudiante mantener un nivel de aptitud física adecuado.

CURRÍCULO DE DÉCIMO A DUODÉCIMO GRADO

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|-----------|---------------------------------------|---|
| Décimo | Educación Física 10 Edfi 111-1110 | Si la escuela cuenta con maestros suficientes, los estudiantes tomarán la clase en todos los grados del nivel, conforme lo establece la Ley 146. Se otorgará nota a los estudiantes y contará para el promedio general. El maestro someterá las puntuaciones acumuladas a través del SIE cada diez (10) semanas. |
| Undécimo | Educación Física 11 Edfi 111-1111 | |
| Duodécimo | Educación Física 12 Edifi 111-1112 | |

| Grado | Curso y Código | Descripción |
|------------------------------------|--|---|
| 10 ^{mo} -12 ^{mo} | Educación Física Intramural Edfi 111-1113 | Donde haya más de un (1) maestro se debe garantizar, al menos, un periodo intramural de cincuenta (50) minutos. |

DESTREZAS, ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN POR NIVELES

| Grado | Nivel | Destreza | Actividades | Evaluación |
|------------------|---------|---|--|---|
| 10 ^{mo} | Nivel 4 | Técnicas y Tácticas Intermedias y Avanzadas | Aptitud Física se desarrollará de forma compulsoria por cuatro (4) semanas al comienzo del primer semestre del año escolar. Además se integrará a los juegos pre-deportivos, deportes modificados, ritmos y bailes, durante todo el año. | Pruebas de Medición |
| 11 ^{mo} | | | <p>Conjunto Selección de cuatro (4) entre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Baloncesto • Balonmano • Fútbol • "Softball/Baseball" • "Volleyball" | <p>Al comenzar y al finalizar cada semestre escolar, el maestro tomará el peso, la estatura y el índice de masa corporal.</p> <p>El peso Ideal y la estatura de cada estudiante será clasificado según establecido (Anejo 1).</p> <p>El índice de masa corporal será clasificado según establecido (Anejo 3).</p> |
| 12 ^{mo} | | | <p>Individuales Selección de tres (3) entre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bádminton • Bailes: Sociales, Folkloricos y Multiculturales • Acampada (<i>Camping</i>) • Pista y Campo • Tenis de Mesa • Tenis de Campo • Ajedrez | <p>Los datos se recopilarán en la tabla: -Peso Ideal y Estatura del Estudiante (Anejo 2). -Índice de Masa Corporal (Anejo 4).</p> |

II. FASE INTRAMURAL

En la fase intramural la participación debe efectuarse durante un periodo en el cual toda la matrícula escolar esté disponible.

1. Se recomienda el desarrollo de esta fase en la hora de almuerzo de los estudiantes.
2. Las actividades seleccionadas pueden celebrarse dentro o fuera de las facilidades escolares, fomentando la integración de la comunidad escolar.
3. Las actividades seleccionadas deben responder al grado de madurez y desarrollo del estudiante, armonizar con los intereses y necesidades de este, ayudando a su retención en la escuela, estimular el buen uso del tiempo libre, el liderato, la interacción social y a mejorar su calidad de vida.
4. Se desarrolla el sentido de responsabilidad y liderato a través de actividades donde demuestre sus habilidades. Puede ofrecer servicios como: árbitro, asistente, estadístico, organizador de torneos, publicista, entrenador, ayudando a sus compañeros, entre otros.
5. El maestro redactará y organizará el calendario de actividades que se desarrollará durante cada semestre escolar. Rendirá un Informe de las actividades realizadas al director de la escuela.
6. Promoverá la creación de organizaciones estudiantiles y de otros componentes de la escuela que fomenten el desarrollo de las actividades intramurales.

III. Fase Interescolar o Deporte Escolar

Estas actividades pueden ser organizadas y desarrolladas para incluir, además de la escuela, al distrito escolar, la región educativa, el nivel nacional en horario lectivo así como en horario extendido.

1. El Programa de Educación Física trabaja en alianza con el Departamento de Recreación y Deportes.
2. Las actividades de la fase interescolar deben ser autorizadas por el Departamento de Educación y responderán a las metas del Programa.
3. Para garantizar el tiempo lectivo de los estudiantes se realizarán los arreglos pertinentes para reponer las tareas escolares correspondientes.
4. El maestro de educación física o el entrenador designado, debe ser autorizado por el director de escuela para participar en cualquier actividad interescolar reconocida y avalada por el Departamento de Educación.

5. Los estudiantes seleccionados representarán a su escuela en las diferentes actividades interescolares, siguiendo las reglas establecidas en el Manual de Normas para el Funcionamiento del Deporte Escolar, así como el Reglamento Escolar del Estudiante.
6. La participación en las actividades interescolares tomarán en consideración la preparación previa del estudiante, su seguridad y la del maestro, las facilidades físicas y los equipos necesarios para la competencia.
7. Todas las actividades del calendario deportivo escolar tendrán la participación de los maestros de forma voluntaria.
8. El maestro evidenciará su participación fuera del horario lectivo, a través de la hoja Autorización para Salidas Oficiales, Sistema de Tiempo, Asistencia y Licencias, conforme a lo establecido por el Sistema TAL. El maestro acumulará tiempo compensatorio siempre y cuando haya un acuerdo escrito con el director de escuela y presente un plan de trabajo, con los estándares y expectativas, objetivos, fecha, lugar y hora de las actividades.

IV. CONSIDERACIONES GENERALES

El Departamento de Educación ha adoptado el enfoque constructivista, que promueve la participación diaria activa del estudiante en el proceso de aprendizaje en la planificación.

1. Planificación Diaria:

- a. Constituye el elemento esencial e ineludible del maestro.
- b. Provee estructura y secuencia a los procesos de aprendizaje y posibilita el mejor uso del tiempo lectivo.
- c. La planificación diaria de la clase de educación física será enfocada, utilizando los siguientes elementos:
 1. Estudiantes para los cuales se diseña el aprendizaje
 2. Resultado deseado a base de la meta, estándares, expectativas y objetivos
 3. Razones, motivos o propósitos de movimiento que tienen los estudiantes.

4. Manera más adecuada de lograr el propósito de las actividades de movimiento según el resultado esperado.

5. Medios tecnológicos que pueden facilitar el aprendizaje esperado.

6. Estrategias y técnicas de evaluación y avalúo.

d. Deberá reflejar los componentes de lo que constituye ser una persona físicamente educada, según el Programa y de las áreas del aprendizaje, partiendo de los niveles de pensamiento de las taxonomías recomendadas en la Carta Circular de Planificación.

e. Se utilizará como guía la Carta Circular vigente de Planificación.

2. Evaluación del Estudiante

a. El maestro de educación física evaluará el progreso del estudiante desde el kindergarten hasta el duodécimo grado.

b. En la educación actual se incorpora el “assessment” o avalúo como parte del proceso de enseñanza-aprendizaje, para constatar el aprendizaje de los conceptos de estudio y el logro de los estándares de excelencia de la asignatura, según el grado o nivel.

c. Algunas técnicas de “assessment” que han probado ser de gran utilidad en educación física son las tareas de ejecución, los proyectos de investigación, los problemas o situaciones de movimiento, los mapas conceptuales, las pruebas de ejecución motora, las pruebas de criterio, las listas de cotejo, las reflexiones y el uso de portafolios para documentar el aprendizaje.

3. Calificación

a. El peso de cada componente a considerar en la calificación del estudiante dependerá de las expectativas de aprendizaje por grado.

b. La condición física se reportará como parte del Perfil de Aptitud Física del estudiante, comenzando desde el kindergarten hasta el duodécimo (12) grado y no se calificará.

c. Sólo se tomarán en consideración, para computar la calificación o nota del estudiante, las partes cognoscitiva y valorativa.

d. El uso de uniforme o participación en equipos deportivos que no se relacionen con los objetivos de la clase no se incluirán en la calificación del estudiante.

4. Atención a los Estudiantes de Educación Especial

- a. Para la atención de los estudiantes del programa de Educación Especial se identifican por lo menos tres modalidades para ofrecer los servicios de educación física:
 1. **Educación Física**- se ofrece a todos los estudiantes del Programa de Educación Especial en conjunto con los estudiantes del programa regular.
 2. **Educación Física Combinada**- permite que los estudiantes con impedimentos se beneficien del ofrecimiento de educación física regular combinándola con el uso de acomodados, consultoría o combinación de servicios directos, según se describe a continuación:
 - a. adaptada de acuerdo a las necesidades del estudiante para facilitar la planificación e implantación del currículo de EDFI regular adaptado a sus necesidades.
 - b. recibir **educación física regular** a tiempo parcial a razón de una (1) o dos (2) veces en semana y **educación física adaptada** especialmente diseñada a sus necesidades a razón de dos (2) o tres (3) veces a la semana, según dispuesto en el PEI.
 3. **Educación Física Adaptada**- se refiere al proceso de individualizar y adaptar un programa de actividades de movimiento y ejercicios a las necesidades de cada estudiante del Programa de Educación Especial.
 - a. En este proceso, el estudiante tiene la oportunidad de aprender y practicar actividades de movimiento con técnicas específicas que le permiten mejorar su nivel de ejecución académica, su salud, movilidad, independencia y calidad de vida.
 - b. Debe ser provista por un especialista certificado en educación física adaptada.
 - c. En el PEI se establecerá la modalidad, horario, asistentes, equipos asistivos y otras condiciones específicas para garantizar los servicios de educación física adaptada.

- d. El maestro de Educación Física adaptada participará del COMPU de los estudiantes que atiende del Programa de Educación Especial de modo que pueda ofrecer los servicios adecuados.
- e. Todo estudiante participante de Educación Física Adaptada debe tener un PEI vigente.

2. Día de Juegos de la Escuela

- a. El Departamento de Educación promueve la celebración de un Día de Juegos en las escuelas del Sistema Educativo Público, como parte de la Fase Intramural del Programa de Educación Física.
- b. El Día de Juegos permite al estudiantado del núcleo escolar disfrutar en conjunto de diversas actividades de movimiento, así como mostrar su capacidad física y creativa en las diversas manifestaciones del movimiento.
- c. Facilita la participación de maestros, de padres y de la comunidad educativa en general, en una actividad que promueve estilos de vida activos y saludables.
- d. Podrá celebrarse dentro o fuera del horario lectivo, con la aprobación del director y del consejo escolar.
- e. El maestro contará con el apoyo de la administración, la facultad y los padres.
- f. El maestro de educación física desempeñará una función importante en la planificación y desarrollo de la actividad.
- g. Se establecen las siguientes normas para el Día de Juegos:
 - 1. debe promover la participación del mayor número de estudiantes del núcleo escolar en las diferentes actividades que forman parte del programa del día.
 - 2. tiene una finalidad educativa y debe distinguirse por el buen comportamiento de todos los participantes y de los espectadores.
 - 3. debe diseñarse un plan para la organización del evento y la distribución de las responsabilidades de todos los participantes.

3. Programa del Maestro de Educación Física

El programa de trabajo del maestro de educación física debe proveer la flexibilidad necesaria para satisfacer las necesidades de los estudiantes en cada núcleo escolar.

- a. No se asignará grupo de salón hogar al maestro.

- b. La jornada de trabajo de los maestros será de seis (6) horas en organización sencilla y de cinco (5) en organización alterna durante los cinco (5) días laborables.
- c. En las escuelas que no cuenten con cancha bajo techo, se recomienda que los cursos de educación física se lleven a cabo en las mañanas, dando mayor énfasis en K-3, para así evitar mayor exposición a los rayos ultravioleta.

A estos efectos, se recomienda los siguientes modelos de programa de trabajo:

MODELOS DE PROGRAMA* PARA EL MAESTRO DE EDUCACIÓN FÍSICA

| Organización K - 3 Un solo grupo de K | Organización K – 3ro Dos grupos de K | Organización 4to – 6to |
|---|---|---|
| 1 Periodo grupo K de 30 min. 4 Periodos de clases 50 min. 1 Periodo de capacitación profesional de 50 min. 1 Periodo de intramural o Proyectos Especiales de Vida Activa y Saludable treinta (30) min. | 2 Periodos grupo K de 30 min. 4 Periodos de clases de 50 min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. | 5 Periodos de clases 50 min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. |
| Organización 4to - 6to | Organización 7mo – 9no | Organización 7mo – 9no |
| 4 Periodos de clases de cincuenta (50) min. 1 Periodo intramural o Proyectos Especiales de Vida Activa y Saludable de cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. | 4 Periodos de clases de cincuenta (50) min. 1 Periodo de intramural o Proyectos Especiales de Vida Activa y Saludable de cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. | 5 Periodos de clases de cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. |
| Organización 10mo – 12mo | Organización 10mo – 12mo | Organización Alterna (Periodos de 50 minutos) |
| 4 Periodos de clases cincuenta (50) min. 1 Periodo de intramural o Proyectos Especiales de Vida Activa y Saludable de cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. | 5 Periodos de clases cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. | 5 Periodos de clases cincuenta (50) min. 1 Periodo de capacitación profesional de cincuenta (50) min. |

*Sujeto a las disposiciones de la Carta Circular de Organización Escolar vigente

4. Vestimenta

- a. Estudiante- utilizará vestimenta apropiada, incluyendo calzado deportivo, de acuerdo al tipo de actividad en la cual participe, teniendo en consideración la seguridad, comodidad y decoro.
 1. El director escolar durante el proceso de matrícula, orientará a los padres, madres o encargados sobre la vestimenta del estudiante.
- b. Maestro- el uso de pantalones cortos será permitido hasta la rodilla.

5. Certificado de Salud

Aquellos estudiantes con alguna condición específica de salud, le presentarán al maestro de educación física un certificado médico con recomendaciones sobre el tipo de actividad que puede llevar a cabo, si alguna.

6. Funciones de los Facilitadores Docentes del Programa de Educación Física

La estructura organizacional del Departamento de Educación provee a cada distrito escolar un facilitador docente, el cual tendrá dentro de sus responsabilidades las siguientes:

- a. Asesorar a directores y maestros sobre el diseño de programas ajustados a las necesidades y experiencias de los estudiantes.
- b. Asesorar a los maestros sobre métodos de enseñanza, así como sobre la preparación de materiales y el uso de equipo para la docencia.
- c. Proveer orientación sobre la preparación de planes de enseñanza individualizada.
- d. Impartir programas de mejoramiento profesional para el personal docente y el personal de apoyo a la docencia de las escuelas.
- e. Asesorar a los directores y los consejos escolares sobre formas de evaluar el desempeño de maestros.
- f. Colaborar con los directores de escuelas en la preparación de programas para estudiantes con rezago académico o en riesgo de abandonar la escuela.
- g. Orientar a los directores sobre procedimientos para evaluar el aprovechamiento de los estudiantes.

- h. Asesorar a los directores y maestros sobre el diseño de cursos especiales para alumnos de alto rendimiento académico o con habilidades especiales.
- i. Colaborar con los centros de desarrollo profesional en la implantación curricular.
- j. Participar del proceso de organización del Calendario Interescolar.
- k. Participar del proceso de solicitud de facilidades deportivas para la fase interescolar.
- l. Realizar inventarios de necesidades de servicios básicos para la fase interescolar; oficialidad, uniformes, seguridad, servicios médicos, transportación y alimentos.
- m. Participar del proceso de revisión de las normas de funcionamiento del Deporte Escolar.
- n. Realizar inventarios y peticiones de equipos necesarios para la operación de la fase interescolar.
- o. Conservar y mantener en buenas condiciones los materiales y equipo deportivo.
- p. Tabulación de los resultados de las actividades deportivas interescolares.

Este documento deroga la **Carta Circular Núm. 1-2011-2012** Política Pública sobre la Organización del Programa de Educación Física en las Escuelas Elemental y Secundarias del Departamento de Educación de Puerto Rico y cualquiera otra directriz que sea inconsistente con lo establecido en la presente.

Se requiere el fiel cumplimiento de estas directrices.

Cordialmente,



Prof. Rafael Román Meléndez
Secretario

Tabla: Estatura y Peso Ideal
(Anejo1)

| Estatura | Peso Ideal (Libras) Masculino | | Peso Ideal (Libras) Femenina | |
|----------|--------------------------------|-----|------------------------------|-----|
| | | | | |
| 3'6" | 42 | | 38 | |
| 3'9" | 47 | | 43 | |
| 3'11" | 51 | | 46 | |
| 4'1" | 56 | | 52 | |
| 4'5" | 67 | | 66 | |
| 4'7" | 74 | | 73 | |
| 4'8" | 80 | | 79 | |
| 4'9" | 77 | 97 | 92 | 119 |
| 4'10" | 83 | 101 | 94 | 121 |
| 4'11" | 99 | 124 | 97 | 123 |
| 5'0" | 104 | 130 | 97 | 125 |
| 5'1" | 107 | 134 | 99 | 128 |
| 5'2" | 112 | 141 | 102 | 131 |
| 5'3" | 115 | 144 | 105 | 134 |
| 5'4" | 118 | 148 | 108 | 138 |
| 5'5" | 121 | 152 | 111 | 142 |
| 5'6" | 124 | 156 | 114 | 146 |
| 5'7" | 128 | 161 | 118 | 150 |
| 5'8" | 132 | 166 | 123 | 154 |
| 5'9" | 136 | 170 | 127 | 158 |
| 5'10" | 140 | 174 | 130 | 163 |
| 5'11" | 144 | 179 | 134 | 168 |
| 6'0" | 148 | 184 | 138 | 173 |
| 6'1" | 152 | 189 | - | - |
| 6'2" | 156 | 194 | - | - |
| 6'3" | 160 | 199 | - | - |
| 6'4" | 164 | 204 | - | - |

Fuente: Org. Mundial de la Salud (2007), C.D.C. (2000), U.S.D.A.
Rating the Diet- Consumer Guide p.111

Programa de Educación Física
Peso y Estatura del Estudiante
(Anejo 2)

Nombre: _____ Edad: _____ Género: _____ Salón Hogar: _____

Escuela: _____ Distrito Escolar: _____
Nivel: _____ Municipio: _____

| Primer Ciclo Escolar | | | |
|------------------------------|-------------|-----------------|--------------------|
| 2013-2014 | | | |
| Fecha | Peso | Estatura | Comentarios |
| | | | |
| | | | |
| Segundo Ciclo Escolar | | | |
| 2013-2014 | | | |
| | | | |
| | | | |

Tabla: Índice de Masa Corporal
Anejo 3

| Altura (Pulgadas) | Bajo Peso | | | | | Peso Saludable | | | | | Sobrepeso | | | | | Peso Corporal (Libras) | | | | | | | | | | Obesidad | | | | | | | | | |
|----------------------|-----------|-----|-----|-----|-----|----------------|-----|-----|-----|-----|-----------|-----|-----|-----|-----|---------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 | 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 | 49 | 50 |
| 4'10" | 77 | 82 | 87 | 91 | 96 | 100 | 105 | 110 | 115 | 119 | 124 | 129 | 134 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 162 | 167 | 172 | 177 | 181 | 186 | 191 | 196 | 201 | 205 | 210 | 215 | 220 | 224 | 229 | 234 | 239 |
| 4'11" | 80 | 85 | 90 | 94 | 99 | 104 | 109 | 114 | 119 | 124 | 128 | 133 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 163 | 168 | 173 | 178 | 183 | 188 | 193 | 198 | 203 | 208 | 212 | 217 | 222 | 227 | 232 | 242 | 247 | 252 |
| 5'0" | 82 | 88 | 93 | 97 | 102 | 107 | 112 | 118 | 123 | 128 | 133 | 138 | 143 | 148 | 153 | 158 | 163 | 168 | 174 | 179 | 184 | 189 | 194 | 199 | 204 | 209 | 215 | 220 | 225 | 230 | 235 | 240 | 245 | 250 | 255 |
| 5'1" | 85 | 90 | 96 | 100 | 106 | 111 | 116 | 122 | 127 | 132 | 137 | 143 | 148 | 153 | 158 | 164 | 169 | 174 | 180 | 185 | 190 | 195 | 201 | 206 | 211 | 217 | 222 | 227 | 232 | 238 | 243 | 248 | 254 | 259 | 264 |
| 5'2" | 88 | 93 | 99 | 104 | 109 | 115 | 120 | 126 | 131 | 136 | 142 | 147 | 153 | 158 | 164 | 169 | 175 | 180 | 186 | 191 | 196 | 202 | 207 | 213 | 218 | 224 | 229 | 235 | 240 | 246 | 251 | 256 | 262 | 267 | 273 |
| 5'3" | 91 | 96 | 102 | 107 | 113 | 118 | 124 | 130 | 135 | 141 | 146 | 152 | 158 | 163 | 169 | 175 | 180 | 186 | 191 | 197 | 203 | 208 | 214 | 220 | 225 | 231 | 237 | 242 | 248 | 254 | 259 | 265 | 270 | 278 | 282 |
| 5'4" | 94 | 100 | 105 | 110 | 116 | 122 | 128 | 134 | 140 | 145 | 151 | 157 | 163 | 169 | 174 | 180 | 186 | 192 | 197 | 204 | 209 | 215 | 221 | 227 | 232 | 238 | 244 | 250 | 256 | 262 | 267 | 273 | 279 | 285 | 291 |
| 5'5" | 97 | 103 | 109 | 114 | 120 | 126 | 132 | 138 | 144 | 150 | 156 | 162 | 168 | 174 | 180 | 186 | 192 | 198 | 204 | 210 | 216 | 222 | 228 | 234 | 240 | 246 | 252 | 258 | 264 | 270 | 276 | 282 | 288 | 294 | 300 |
| 5'6" | 100 | 106 | 112 | 118 | 124 | 130 | 136 | 142 | 148 | 155 | 161 | 167 | 173 | 179 | 186 | 192 | 198 | 204 | 210 | 216 | 223 | 229 | 235 | 241 | 247 | 253 | 260 | 266 | 272 | 278 | 284 | 291 | 297 | 303 | 309 |
| 5'7" | 103 | 109 | 115 | 121 | 127 | 134 | 140 | 146 | 153 | 159 | 166 | 172 | 178 | 185 | 191 | 198 | 204 | 211 | 217 | 223 | 230 | 236 | 242 | 249 | 255 | 261 | 268 | 274 | 280 | 287 | 293 | 299 | 306 | 312 | 319 |
| 5'8" | 106 | 112 | 119 | 125 | 131 | 138 | 144 | 151 | 158 | 164 | 171 | 177 | 184 | 190 | 197 | 203 | 210 | 216 | 223 | 230 | 236 | 243 | 249 | 256 | 262 | 269 | 276 | 282 | 289 | 295 | 302 | 308 | 315 | 322 | 328 |
| 5'9" | 109 | 116 | 122 | 128 | 135 | 142 | 149 | 155 | 162 | 169 | 176 | 182 | 189 | 196 | 203 | 209 | 216 | 223 | 230 | 236 | 243 | 250 | 257 | 263 | 270 | 277 | 284 | 291 | 297 | 304 | 311 | 318 | 324 | 331 | 338 |
| 5'10" | 112 | 119 | 126 | 132 | 139 | 146 | 153 | 160 | 167 | 174 | 181 | 188 | 195 | 202 | 209 | 216 | 222 | 229 | 236 | 243 | 250 | 257 | 264 | 271 | 278 | 285 | 292 | 299 | 306 | 313 | 320 | 327 | 334 | 341 | 348 |
| 5'11" | 115 | 122 | 130 | 136 | 143 | 150 | 157 | 165 | 172 | 179 | 186 | 193 | 200 | 208 | 215 | 222 | 229 | 236 | 243 | 250 | 257 | 264 | 271 | 279 | 286 | 293 | 301 | 308 | 315 | 322 | 329 | 338 | 343 | 351 | 358 |
| 6'0" | 118 | 126 | 133 | 140 | 147 | 154 | 162 | 169 | 177 | 184 | 191 | 199 | 206 | 213 | 221 | 228 | 235 | 242 | 250 | 258 | 265 | 272 | 279 | 287 | 294 | 302 | 309 | 316 | 324 | 331 | 338 | 346 | 353 | 361 | 368 |
| 6'1" | 122 | 129 | 137 | 144 | 151 | 159 | 166 | 174 | 182 | 189 | 197 | 204 | 212 | 219 | 227 | 235 | 242 | 250 | 257 | 265 | 272 | 280 | 288 | 295 | 302 | 310 | 318 | 325 | 333 | 340 | 348 | 355 | 363 | 371 | 378 |
| 6'2" | 125 | 133 | 141 | 148 | 155 | 163 | 171 | 179 | 186 | 194 | 202 | 210 | 218 | 225 | 233 | 241 | 249 | 256 | 264 | 272 | 280 | 287 | 295 | 303 | 311 | 319 | 326 | 334 | 342 | 350 | 358 | 365 | 373 | 381 | 389 |
| 6'3" | 129 | 137 | 145 | 152 | 160 | 168 | 176 | 184 | 192 | 200 | 208 | 216 | 224 | 232 | 240 | 248 | 256 | 264 | 272 | 279 | 287 | 295 | 303 | 311 | 319 | 327 | 335 | 343 | 351 | 359 | 367 | 375 | 383 | 391 | 399 |
| 6'4" | 132 | 140 | 148 | 156 | 164 | 172 | 180 | 189 | 197 | 205 | 213 | 221 | 230 | 238 | 246 | 254 | 263 | 271 | 279 | 287 | 295 | 304 | 312 | 320 | 328 | 336 | 344 | 353 | 361 | 369 | 377 | 385 | 394 | 402 | 410 |

<http://www.acog.org/>

Programa de Educación Física

**Índice de Masa Corporal
(Anejo 4)**

Nombre: _____

Edad: _____ Género: _____

Salón Hogar: _____

Escuela:

Distrito Escolar:

Nivel:

Municipio:

| Primer Ciclo Escolar 2013-2014 | | | | |
|------------------------------------|------|----------|-----|-------------|
| Fecha | Peso | Estatura | IMC | Comentarios |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| Segundo Ciclo Escolar 2013-2014 | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |