

## Actividad de Evaluación: Sustancias dopantes en el deporte

### PROPÓSITO

Se espera que los estudiantes evalúen el impacto de las sustancias ergogénicas en una exposición grupal sobre las sustancias dopantes que hay en el deporte.

Objetivos de Aprendizaje	Indicadores de Evaluación
<p><b>OA 1</b> Practicar una variedad de actividades físico-deportivas que sean de su interés, respetando sus necesidades e individualidades.</p> <p><b>OA 4</b> Analizar los efectos que provoca la actividad física, la alimentación saludable y las ayudas ergogénicas en el rendimiento físico y deportivo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argumentan sobre los efectos positivos que provoca una alimentación saludable en la práctica deportiva, a partir de sus propias experiencias.</li> <li>- Indagan sobre el impacto que generan las ayudas ergogénicas en los deportistas de alto rendimiento que las utilizan.</li> <li>- Evalúan el efecto de las ayudas ergogénicas en el rendimiento físico y deportivo.</li> </ul>

### DURACIÓN

10 horas

### DESARROLLO

Los estudiantes deben organizar y presentar una disertación grupal sobre las sustancias dopantes más relevantes del mundo deportivo.

#### A. Reglas fundamentales en la actividad

Se dividen en grupos por afinidades de tres a cuatro integrantes. Tienen que exponer –en 15 minutos como máximo por grupo– la información que encuentren sobre el tema a tratar; pueden emplear papelógrafos o powerpoint como apoyo audiovisual. El profesor sorteará los temas. La presentación deberá contener una introducción, las características de las sustancias dopantes y los efectos negativos de su consumo tanto para el deporte como para la vida diaria.

Necesitan un computador o cuadernos donde registren la información encontrada y organicen su presentación, el trabajo en clases y lo que traigan desde su propia investigación.

#### B. Sugerencias de temas para sortear

- Estimulantes del sistema nervioso (anfetaminas, cafeína, etilefrina, efedrinas)
- Esteroides anabolizantes (testosterona y similares, estanozolol, nandrolona y similares)
- Otros anabolizantes (hormona del crecimiento, gonadotropinas coriónicas)
- Betabloqueantes adrenérgicos (propranolol, nadolol, bisoprolol)
- Otros (eritropoyetina)

Propóngales incorporar videos u otro material sobre deportistas que han infringido las reglas y utilizado sustancias ilícitas en el deporte. Se sugiere que demuestren con evidencias (fotografías, registros en aplicaciones en celulares, etcétera) sus logros en la tarea propuesta y en la búsqueda de la información. Se los puede calificar a partir de sus actitudes, ya que han perseverado en lo que se les propone.

### Observaciones para el docente

Se espera que puedan organizarse con las tareas para lograr una presentación clara y ordenada, y que estudien el tema que expondrán en la clase siguiente con una investigación relevante. Deben valorar la importancia de entrenar con honestidad. Recuérdeles que la aptitud física puede tener mejoras significativas sin la ingesta de sustancias ilícitas. Invítelos a reflexionar: ¿Necesito sustancias ilícitas para mejorar mi rendimiento? ¿Cómo puedo mejorar mi rendimiento deportivo sin consumir sustancias dañinas? ¿Puedo dañar mi salud por consumir este tipo de sustancias? ¿Todas las sustancias presentadas son dañinas para el organismo a corto y largo plazo?

### Criterios de evaluación

Nivel 4	Nivel 3	Nivel 2	Nivel 1
Cumple a cabalidad con los objetivos esperados en el desarrollo de la presentación del trabajo.	Cumple con los objetivos esperados en el desarrollo de la presentación del trabajo, aunque los podría potenciar.	Cumple parcialmente los objetivos esperados en el desarrollo del trabajo.	No cumple con los objetivos esperados en la presentación del trabajo.

Nº	Indicadores	4	3	2	1
1	Forman grupos de trabajo libremente de acuerdo con sus intereses.				
2	Demuestran manejo y dominio conceptual y aplicativo en los contenidos que deben disertar.				
3	Presentan su tema de trabajo de forma organizada y clara en la exposición.				
4	Logran impactar a sus compañeros con la información recopilada.				
5	Hay una secuencia lógica y ordenada entre las partes de la disertación.				
6	Cumplen con el tiempo máximo indicado para la exposición.				
7	Extraen reflexiones y conclusiones coherentes del tema tratado en su disertación.				

### Recursos web

Hamodi, C., López Pastor, V. M. y López Pastor, A. T. (2015). Medios, técnicas e instrumentos de evaluación formativa y compartida del aprendizaje en educación superior. *Perfiles educativos*, 37(147), 146-161

[https://www.curriculumnacional.cl/link/http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982015000100009&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://www.curriculumnacional.cl/link/http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-26982015000100009&script=sci_arttext&lng=pt)