

TERCEROS

Glosario



SECUNDARIA 181 "PUERTO DE ALVARADO"

TURNO MATUTINO

Coordinadores:

Director: Julio Cesar Barrera Juárez

Subdirectora: Minerva Ramírez Almaraz

Elaboró:

Artes Visuales y Danza I, II, III

Profesora de Arte Visuales. Deisy Mateos Santos.

Profesora de danza. Nayeli Jiménez Gutiérrez.

Ciencias I Biología

Profesor: Alberto Vera Hernández

Ciencias II Física

Profesor: Christian Fuentes G.

Ciencias III Química

Profesora: Leticia Yesica Tafoya Yescas

Español I, II, III

Profesora: Selene Yasmin Tapia Licona

Yaretzi Guadalupe Ruiz Rosales

Rosaura García de la Luz

Educación Física

Profesor: Cuauhtémoc Rufino Meléndez

Formación Cívica y Ética I, II, III

Profesora. Luz Pamela Arias González

María Teresa Pablo Vázquez

Geografía

Profesores: Elizabeth Martínez Nieto

Víctor Hugo Francisco Vega

Ingles 1,2,3.

Profesores: Jesús David Miranda Cruz

Rosario Aketzali Cornejo Ortiz

Matemáticas I,2,3

Profesoras: María del Carmen Ayala Bucio

Mónica Castro Chávez

Gloria Gabriela García Rodríguez

Tecnologías

Profesores: Christian Fuentes G.
José Alejandro Jiménez Hernández

Marco Antonio Torres

Deysi Mateos

José Carlos García Erazo

Aram Valencia

Edición y Corrección de estilo

Profesor: José Carlos García Erazo



Índice

- Español III 4-5
- Matemáticas III 6-7
- Historia III 8-11
- Formación C y E III 12-13
- Inglés III 14-15
- Química 16-17
- Artes y Danza 18-20
- Tecnologías 21-23
- Educación Física 24-26

Español III

A

Abreviatura: Es la representación gráfica de una palabra que se presenta de manera reducida.

Argumentos: Son expresiones cuyo objetivo es apoyar una tesis y también persuadir o convencer al lector de su pertinencia. Los argumentos pueden ser; datos, descripciones, narraciones, etc.

B

Bibliografía: Es una lista en la que se anotan los datos de las fuentes consultadas para un trabajo. Se ordena alfabéticamente considerando la letra inicial del apellido paterno de cada autor.

C

Cita textual: Son fragmentos de un texto que se recupera en otro escrito. El fragmento se reproduce entre comillas, exactamente como lo expresa el autor original; e inmediatamente después, entre paréntesis, se debe señalar los datos de la fuente de donde se tomaron.

Crucigrama: Es un pasatiempo que consiste en llenar con letras las casillas en blanco de un dibujo, de forma que leídas horizontal y verticalmente formen las palabras que corresponden a una serie de definiciones dadas.

D

Datos: Son expresiones numéricas que permiten significar fechas, porcentajes, cantidades; también son expresiones que se refieren a sucesos, acciones o hechos.

Dedicatorias: Son textos cuya función es señalar especialmente a una o varias personas a quienes el autor ofrece su esfuerzo y sus logros, que pueden apreciarse en la obra.

E

Encuesta: Es una técnica de investigación y recopilación de datos que se emplea para saber qué opinan o cómo se comportan las personas en distintos contextos y en relación con diferentes asuntos.

Ensayo: Es un texto escrito, de extensión variable. Tiene una estructura argumentativa y su propósito es comunicar una postura frente a cierto tema; esta comunicación puede o no persuadir o convencer al lector de adoptar la misma postura.

Eslogan: Es una palabra o frase breve que resume un objetivo, una actitud o un atributo de las personas u objetos.

F

Formulario: Es un documento impreso con información estructurada sobre determinado aspecto para completarse con información variable.

H

Historieta: Son textos narrativos en los que se usa una combinación de lenguajes: el dibujo, el color, la palabra; en un espacio generalmente dividido en varias viñetas o cuadros.

I

Informe científico: Es un documento que se elabora con el propósito de dar a conocer el resultado de un experimento o de una actividad científica.

M

Mapa conceptual: Son esquemas o representaciones gráficas que agrupan un conjunto de significados o conceptos organizados mediante el uso de conectores y descriptores de relaciones.

Metonimia: Procedimiento expresivo que consiste en llamar a una cosa con el nombre de otra con la cual tiene una relación de contigüidad espacial, temporal o casual: la palabra Ase usa por la palabra Porque Ay B se encuentran contiguas. Se produce cuando usa: No tengo cabeza para ocuparme de ella. (cabeza por inteligencia)

O

Opiniones: Son apreciaciones personales acerca de algo.

Onomatopeya: Es la imitación del sonido de algo en el vocablo que se forma para significarlo o vocablo que imita o recrea el sonido de la acción nombrada.

P

Panel: Es un evento académico en que participan expertos en un tema para compartir conocimientos con otras personas.

Paráfrasis: Es un recurso discursivo que consiste en expresar con palabras propias las ideas de otra persona acerca de un tema o asunto.

Prólogo: Son textos más o menos breves que anteceden una obra y que comunican algunos aspectos relacionados con su composición, estructura, autor, propósito; o hacen referencia a algún estudio, no muy profundo, sobre el contenido de la obra.

Publicidad: Es la promoción de bienes o mercancías.

S

Solicitud. Es un documento breve mediante el cual se formaliza cortésmente una petición.

Símil. Consiste en establecer una comparación poco usual o nueva entre dos términos o elementos. En textos verbales se usa un conector para establecer la comparación. Una verdad que se calla es como un regalo que no se entregó.

Síntesis. Exposición breve, escrita u oral que a modo de resumen contiene un conjunto de ideas fundamentales y relacionadas con un asunto o materia y que estaban dispersas.

Sinónimo. Son palabras o expresiones que se utilizan para sustituir a otra que tiene el mismo o similar significado.

Surrealismo. Movimiento artístico y literario que surgió en Francia después de la primera guerra mundial y que se inspira en las teorías psicoanalíticas para intentar reflejar el funcionamiento del subconsciente, dejando de lado cualquier tipo de control racional

Sinécdoque. Sustituye una palabra por otra atendiendo a relaciones del todo y la parte. Nos toca de diez por cabeza (cabeza por persona)

T

Teatro. Género literario constituido por obras generalmente dialogadas destinadas a ser representadas ante un público en un escenario

Tesis. Es una opinión o hipótesis (supuesto) que debe argumentarse.

Trama. Es un orden cronológico de los diversos acontecimientos presentados por un autor o narrador a un lector

Matemáticas III

A

Algoritmos: Son listas de instrucciones para resolver un cálculo o un problema.

Ángulo recto: Es el ángulo que mide 90 grados.

Área: Es la medida de la extensión de una superficie.

Aristas: En geometría, es el segmento de recta que se genera por la intersección de dos planos o dos superficies.

C

Cociente: Resultado que se obtiene al dividir una cantidad entre otra, y que expresa cuántas veces está contenido el divisor en el dividendo.

Colinales: Término que indica que dos o más elementos se encuentran en una misma línea.

Decimales: Son los números que están a la derecha del punto decimal, representan los números más pequeños.

Decimales infinitos no periódicos: Son aquellos números que después del punto decimal poseen diferentes valores o números en donde no se distingue un periodo, pero con cifras infinitas.

Decimales infinitos periódicos: Son aquellos números que después del punto decimal poseen un mismo valor o número llamado periodo que se repite infinitamente.

Denominador: En los cocientes de dos expresiones o términos, el que actúa como divisor.

E

Ecuaciones equivalentes: Las ecuaciones equivalentes son aquellas que tienen las mismas soluciones.

Eje de las abscisas: Corresponde al rango de la función o el término independiente, el eje horizontal que generalmente asociamos con x .

Expresión simbólica: Cadena de caracteres, o arreglos de caracteres, que representa números, funciones y variables.

F

Factor: Número por el que se multiplica tanto el numerador y el denominador de la fracción.

Factores primos: Un número entero es primo si es divisible sólo entre la unidad y entre sí mismo, excepto el 1.

G

Geometría deductiva: Geometría basada una cadena de razonamientos lógicos sustentados por definiciones, postulados, axiomas y teoremas ya demostrados.

Geometría empírica: Geometría que se desarrolló con base en las necesidades de los pobladores de las culturas antiguas, adolece de formalismo matemático. Se basa en la experiencia.

H

Hipótesis: Son los supuestos que se especifican en el teorema.

I

Índice: Número que sirve para indicar el grado de la raíz.

M

Método gráfico

Método de resolución para un sistema de ecuaciones que consiste en construir la gráfica de cada una de las ecuaciones del sistema.

Mínimo común múltiplo: El mínimo común múltiplo de dos o más números enteros es el menor de los múltiplos comunes.

Minuendo: Número al que en la operación aritmética de la resta se le quita otro (el sustraendo) para obtener el resultado o diferencia.

Modelos matemáticos: Un modelo matemático es una descripción, en lenguaje matemático, de un sistema o fenómeno de la vida real; por ejemplo, las previsiones del clima, las cuales se basan en modelos matemáticos meteorológicos.

Múltiplo: Un múltiplo de un número dado es aquel número que, al dividirlo por dicho número, el resultado es un entero.

Número racional: Es todo número que puede representarse como el cociente de dos números enteros.

Números enteros: Son el conjunto de números formados por los naturales y sus opuestos negativos además del cero.

Números reales: La unión de los racionales y los irracionales forma el conjunto de los números reales.

Operadores: En aritmética, indica que debe ser llevada a cabo una operación específica sobre un cierto número. Los operadores más comunes son la suma, resta, multiplicación y división entre otros.

P

Patrón

Método de hacer una operación matemática.

Patrones: Se refieren a algo que se repite constantemente de una manera predecible. Un ejemplo son las sucesiones.

Productos: Cantidad resultante de una multiplicación.

Historia III

A

Absolutismo: Es el régimen en el cual el Rey poseía todos los atributos de la soberanía. Esta forma de gobierno fue la predominante entre los siglos XVI y XVII.

Aduana: Oficina pública establecida en las fronteras de un Estado para registrar las mercancías que pasan por ella -ya sean exportadas o importadas- y cobrar los derechos y aranceles correspondientes. En ciertos regímenes de tipo federal existen también aduanas interiores que realizan las funciones de control y registro mencionadas, pero que no cobran derechos de importación o exportación

Área cultural: Área cultural es una región geográfica donde se encuentran sociedades que comparten una serie de rasgos culturales comunes por las condiciones ambientales y los contactos sociales que mantienen. Éstas las hacen distinguirse de otros grupos que ocupan regiones geográficas diferentes.

B

Burguesía: Clase social formada por personas acomodadas que poseen propiedades y capital. En la Edad Media en Europa, eran los habitantes de los burgos, pequeñas ciudades con actividades comerciales y artesanales. Con la Revolución Francesa, la burguesía sustituyó a la nobleza en su papel de clase predominante. El creciente desenvolvimiento del capitalismo moderno ha dado al término burguesía un concepto más amplio, que se opone polémicamente a proletariado

C

Cacicazgo: Hace referencia a la organización social “articulada por un jefe que concentra el poder militar y el religioso y representa al grupo. La posición superior del gobernante se fundaba en su pertenencia al linaje más importante y en el prestigio político y religioso de su cargo. De abajo del jefe había otros grupos divididos jerárquicamente según los linajes, la ocupación y la función social.

Casta: Grupo de individuos diferenciados por el grupo étnico al que pertenecen. En la Nueva España dio lugar a la desigualdad y la discriminación de los individuos por el color de la piel.

Capitalismo: Éste sostenía que el interés y el enriquecimiento individual favorecen indirecta e inconscientemente el bienestar general de la sociedad, pues los empresarios, en su intento por satisfacer la demanda de bienes y con ello conseguir ganancias, producen riqueza. El Estado no debería pues, intervenir en la economía dejándoles que compitan entre sí en el mercado. Adam Smith estaba, por tanto, en franca oposición al mercantilismo todavía imperante en el mundo en que vivió.

Centralización: Se refiere a la circunstancia de hacer depender el desarrollo de algo de un poder central. En la estructura del Estado se hace depender los estados y los municipios del poder federal central.

Conservadurismo: Ideología surgida como reacción a los cambios políticos, económicos y sociales pregonados por la Revolución francesa.

Colonia: Unidad territorial políticamente no autónoma, poseída y administrada por un Estado que la integra en su imperio.

Corporativismo: El término proviene de corpus, cuerpo en latín y generalmente hace referencia a la organización social, económica y política de la sociedad con base en la colaboración. En el caso del fascismo italiano hace referencia al intento de crear un Estado que suprime los intereses del individuo y de las clases sociales, mediante la creación de órganos mixtos (corporativos) de empresarios y trabajadores que controlaran

cada sector económico. En el caso de México esto se aplicó con la instauración de sindicatos como la CTM en el periodo presidencial de Lázaro Cárdenas (1936-1940)

D

Dictadura: Es una forma de gobierno en donde el poder es ejercido por una persona (dictador) o por un grupo de personas (junta militar). Se caracteriza por la ausencia de división de poderes y la propensión a ejercitar arbitrariamente el mando en beneficio de la minoría en el poder, también por hacer uso de diversos mecanismos de represión, coacción o exterminio hacia aquellas personas o grupos que se oponen a este régimen.

Deuda interna: Total de créditos que se negocian dentro de un país, tanto públicos como privados; se pagan en el propio país y en moneda nacional

Diezmo: Derecho del diez por ciento que se pagaba al rey sobre el valor de las mercaderías que se traficaban y llegaban a los puertos, o entraban y pasaban de un reino a otro. Parte de los frutos, regularmente la décima, que pagaban los fieles a la Iglesia.

E

Encomienda: En América: institución con la cual los conquistadores obtenían la fuerza de trabajo indígena a cambio de la su evangelización.

Especulación Bursátil: Se trata de inversiones donde se adquieren valores para obtener ganancias a corto plazo, aprovechando las variaciones de precios. No es interés del inversionista fomentar la economía productiva a mediano o largo plazo, ni desarrollar investigación, ni la creación de fuentes de trabajo. Consiste en la compra o venta de acciones (propiedades de empresas y bienes) en la bolsa de valores con vistas a su posterior reventa, con la expectativa de obtener ganancias a futuro.

Estamento: Grupo social integrado por personas que tienen una misma situación jurídica y gozan de los mismos privilegios en el Antiguo Régimen. En el caso de México este era el orden social impuesto durante el periodo virreinal en la Nueva España entre los siglos XVI al XIX donde la clase dominante la componían los peninsulares y sus descendientes los criollos

Estado Totalitario: Doctrina y regímenes políticos desarrollados durante el siglo XX, en los que el Estado concentra todos los poderes en un partido único y controla las relaciones sociales bajo una sola ideología oficial.

G

Gachupín: La palabra original es catzopini, “el que pica con el pie”, ya que los españoles usaban espuela. La palabra se transformó en gachupín para referirse a los españoles peninsulares.

Genocidio: Exterminio o eliminación sistemática de un grupo social por motivo de raza, de etnia, de religión, de política o de nacionalidad. El más conocido fue el llevado a cabo por la Alemania Nazi con los judíos y otras etnias durante la segunda guerra mundial entre 1936 y 1945

Golpe De Estado: Toma repentina del poder político, ya sea de forma pacífica o violenta, llevada a cabo por un grupo de poder, vulnerando la legitimidad institucional de un Estado, atentando directamente a las normas legales de sucesión del poder vigentes con anterioridad nacidas del sufragio universal (voto) y propias de un estado de derecho.

Grupos Paramilitares: Organizaciones particulares que tienen una estructura y disciplina similar a la de un ejército, pero no forma parte de manera formal de las fuerzas militares de un Estado. Sirven a los intereses del Estado, o grupos de poder en él enquistados, generalmente están fuera de la ley. Dentro de sus miembros pueden estar fuerzas policiales y militares, mercenarios, integrantes de escuadrones de asalto o grupos de seguridad privados.

H

Hacienda: Una finca, con un núcleo de viviendas, normalmente de alto valor arquitectónico. Sistema de propiedad privada de origen español.

Holocausto: proviene de la traducción griega de la Biblia hebrea conocida como Versión de los setenta, en la que el término holokaustos (ὁλόκαυστον: de ὅλον, ‘completamente’, y καυστον, ‘quemado’) traduce el hebreo olah, que hace referencia a una ofrenda completamente consumida por el fuego (Wikipedia). En la Segunda Guerra Mundial se refiere al genocidio de los judíos, gitanos y homosexuales por parte de los Nazis.

I

Ideología: Hace referencia al conjunto de ideas y creencias que explican el mundo en cada sociedad. Marx, por ejemplo, explica en el concepto en términos de los modos de producción. Planteó en el prólogo de la “Contribución a la crítica de la economía política”: [...] El conjunto de estas relaciones de producción forma la estructura económica de la sociedad, la base real sobre la que se levanta la superestructura jurídica y política y a la que corresponden determinadas formas de conciencia social. El modo de producción de la vida material condiciona el proceso de la vida social política y espiritual en general. No es la conciencia del hombre la que determina su ser sino, por el contrario, el ser social es lo que determina su conciencia. Asimismo, señala que la ideología se edifica sobre las bases reales de la sociedad: el sistema económico y las relaciones sociales.

Intervención extranjera: El acto mediante el cual un Estado intenta negar o lesionar la soberanía nacional de otro Estado independiente por diversos mecanismos como el empleo de la diplomacia o la fuerza militar.

L

Lucha de clases: La lucha de clases es un concepto o una teoría que explica la existencia de conflictos sociales como el resultado de un conflicto central inherente entre los intereses de dos clases sociales; los dueños de los medios de producción y los desposeídos. Según Karl Marx y Friedrich Engels este conflicto sólo puede resolverse cuando se llegue a una sociedad sin clases, en donde todos los hombres sean iguales

M

Mestizaje cultural: Con la llegada de los españoles, llegaron formas y comportamientos, un lenguaje, vestimenta, gastronomía e ideología diferentes; así como animales, plantas y productos, de origen europeo y africano que modificaron irreversiblemente todos los aspectos de la realidad nacional, dando como resultado un mestizaje cultural.

Monopolio: Concesión legal otorgada a una empresa o convenio entre industriales o comerciantes para la fabricación o control comercial de un producto o servicio de manera exclusiva

O

Oligarquía: Forma de gobierno en la cual el poder supremo es ejercido por un reducido grupo de personas que pertenecen a una misma clase social

Q

Quinto real: O Quinto del Rey, fue un impuesto de 20% establecido por el rey de España en 1504 sobre oro, plata y joyas de las minas en las colonias de América. Aunque el Quinto fue establecido por solo 10 años, permaneció hasta 1723 cuando fue reducido al diezmo (10%).

R

Revolución: Es una acción violenta que conduce al derrocamiento de un régimen político

y social. A diferencia de la guerra, una revolución genera cambios en la estructura económica, jurídico-política e ideológica de la sociedad.

S

Secular: Sinónimo de “laico”: independiente de cualquier organización o confesión religiosa.

Secularización: Proceso que experimentan algunos Estados o territorios cuando diversas instituciones y bienes pasan de la esfera religiosa a la civil. Con la secularización, lo sagrado y lo religioso se hacen más privados y ceden su preeminencia pública a la sociedad en general. También se le conoce como proceso de desamortización.

T

Teocracia: La teocracia (del griego θεός, theós, ‘dios’ y κράτος, krátos, ‘poder, gobierno’: «gobierno de Dios») es una forma de gobierno en la que los líderes gubernamentales coinciden con los líderes de la religión dominante, y las políticas de gobierno son idénticas o están muy influidas por los principios de la religión dominante. Normalmente el gobierno afirma gobernar en nombre de Dios o de una fuerza superior, tal como especifica la religión local.

S

Socialismo: Ideología contraria al capitalismo que tiene como objetivo la emancipación de la clase obrera.

R

Revolución: Cambio rápido, profundo y posiblemente violento que afecta a las instituciones políticas, económicas o sociales de uno o varios estados.

En un proceso revolucionario normalmente aparecen enfrentadas de forma más o menos nítida dos fuerzas: los partidarios de mantener las viejas estructuras (reaccionarios) y los partidarios de derribarlas para crear otras nuevas (revolucionarios).

Se utiliza el término revolución para explicar fenómenos como el Neolítico (revolución neolítica), el proceso de industrialización inglés (revolución industrial), la caída del Antiguo Régimen en Francia (revolución francesa), la implantación del comunismo en Rusia (revolución rusa o soviética), etc.

Formación C y E III

A

Adolescencia: Etapa que transcurre entre los 10 y 19 años. Normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años.

Autonomía: Facultad de la persona o la entidad que puede obrar según su criterio, con independencia de la opinión o el deseo de otros.

Autorregulación: Capacidad de ordenar pensamientos, sentimientos y acciones para responder y tomar decisiones de manera adecuada a las circunstancias que vivimos.

B

Bachillerato General: En esta modalidad académica tienes la posibilidad de cursar las materias de tronco común más una modalidad propedéutica, es decir, una enseñanza que te prepara para que continúes con tus estudios universitarios.

Bachillerato Tecnológico: Opción que ofrece formación integral a los jóvenes para incorporarse a la vida productiva con un título de Técnico y/o acceder a estudios superiores, al tiempo de promover e inculcar su participación en la toma de decisiones para la solución de problemas del entorno del estudiante.

Bachillerato Técnico: Es una oferta enfocada en las y los jóvenes, para fortalecer su incorporación al mundo laboral y/o dar continuidad a su formación técnica y tecnológica de educación superior, en estrecha vinculación con el sector productivo y prioridades nacionales.

C

Comipems: Es la institución responsable de realizar de manera anual el concurso de selección para ingresar al nivel Medio Superior de instituciones públicas en CDMX, y el Estado de México.

Compromiso: Es un acto en el cual las personas involucradas aceptan que alguien más sea testigo, árbitro o juez del acuerdo.

Conflictos: Es una situación en la cual dos o más personas con intereses distintos entran en confrontación, oposición o emprenden acciones mutuamente antagonistas.

Cultura de la paz: Conjunto de valores, actitudes y comportamientos que reflejan el respeto a la vida, al ser humano y su dignidad. Que pone en primer plano los derechos humanos, el rechazo a la violencia en todas sus formas

D

Decisiones autónomas: Es la persona que aprende a pensar por sí misma, a ser crítica y analizar la realidad de forma racional. Toma responsable de decisiones: La persona es consciente de la decisión tomada y acepta sus consecuencias.

Dirimir: Disolver o deshacer las diferencias pacíficamente.

E

Equidad: Principio o disposición para otorgar a todas las personas el mismo trato ante la ley, sin discriminación, pero teniendo en cuenta su situación personal.

I

Igualdad: Principio o disposición que debe concederse a todas las personas igualdad de trato ante la ley, sin discriminación.

Igualdad sustantiva: Refiere el acceso al mismo trato, mismas oportunidades para el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y las libertades fundamentales.

Inclusión: Enfoque que reconoce las ventajas de la diversidad de las personas en un grupo.

Integral: Comprende todos los elementos, aspectos o partes de algo, que son necesarios para que estén completos o acabados.

L

Legalidad: Es el valor que nos permite, tanto a la población en general como a gobernantes, vivir en un clima de justicia y bajo las leyes, observando en todo momento los derechos humanos y velando por la dignidad de todos.

P

Participación social: Acciones y actitudes como la concepción positiva de los conflictos y el respeto por los derechos humanos, tiene que hacerse extensiva a los demás miembros de la comunidad.

Proyecto de vida: Es un plan que se traza para hacerte cargo de tu porvenir. Se relaciona de manera directa con tus capacidades y aspiraciones y con las metas alcanzadas que te permitirán satisfacer en momentos tus necesidades básicas y avanzadas.

Pubertad: Momento de la vida cuando un niño o una niña madura sexualmente. Es un proceso que suele ocurrir entre los 10 y 14 años para las niñas.

R

Racismo: Ideología que defiende la superioridad de un grupo étnico frente a los demás y justifica su explotación económica, la segregación social o la destrucción física.

Responsabilidad: Cualidad que profesan las personas que ponen cuidado y atención en lo que hacen o deciden, y como tal implica la libertad.

S

Sedentarismo: Modo de vida en el que se hace poco ejercicio.

Sexo: Condición orgánica que distingue a los machos de las hembras (Hombres y mujeres).

Soberanía: Gobierno propio de un pueblo o nación en oposición al gobierno impuesto por otro pueblo o nación

Sociedad de paz: Promueve el bienestar y desarrollo integral de sus habitantes cumpliendo sus deberes y ejerciendo sus derechos, mientras que el Estado vigila el cumplimiento de las leyes y atiende las necesidades de la población.

T

Test: Prueba de confrontación, especialmente la que se emplea en pedagogía, psicotecnia, medicina, etc., para evaluar el grado de inteligencia, la capacidad de atención u otras aptitudes o conductas.

V

Valor: Creencias, preferencias y apreciaciones que orientan nuestro comportamiento.

Voluntariedad: Se refiere a la decisión libre y explícita de las partes para participar en el proceso; no puede imponerse ni obligar a nadie a llegar a acuerdos.

Ingles III

A

Antonym: A word that means the opposite of another word.

Verb: A word used to describe an action.

Adjective: A word or phrase naming an attribute, added to, or grammatically related to a noun to modify or describe it.

Art: Something that is created with imagination and skill and that is beautiful or that expresses important ideas or feelings.

B

Bone: Any of the pieces of hard whitish tissue making up the skeleton in humans and other vertebrates.

C

Cartoon: A motion picture using animation techniques.

Candle: A cylinder or block of wax or tallow with a central wick that is lit to produce light as it burns.

Composer: A person who writes music, especially as a professional occupation.

Comparative adjective: It is used to compare differences between the two objects they modify.

D

Dazzle: Be affected by a bright light.

Documentary: A movie or a television or radio program that provides a factual record or report.

Dancer: A person who dances or whose profession is dancing.

E

Expression: The process of making known one's thoughts or feelings.

H

History: The study of past events, particularly in human affairs.

M

Marble: A hard crystalline metamorphic form of limestone.

P

Pane: A single sheet of glass in a window or door.

Perform: Present (a form of entertainment) to an audience.

S

Sitcom: A television series that involves a continuing cast of characters in a succession of comedic circumstances.

Soap opera: A television or radio drama series dealing typically with daily events in the lives of the same group of characters.

Series: A set of related television or radio programs, especially of a specified kind.

Sports program: Television or radio show that deals with sports.

Synonym: One of two or more words or expressions of the same language that have the same or nearly the same meaning.

Screen: A fixed or movable upright partition used to divide a room

Skeleton: An internal or external framework of bone, cartilage, or other rigid material supporting or containing the body of an animal or plant.

Superlative adjective: It is used to describe an object which is at the upper or lower limit of a quality

Syllable: A unit of pronunciation having one vowel sound, with or without surrounding consonants, forming the whole or a part of a word.

Story: An account of imaginary or real people and events told for entertainment.

T

The news: Newly received information, especially about recent or important events.

Treasure: A quantity of precious metals, gems, or other valuable objects.

W

Wrestle: Take part in a fight, either as sport or in earnest, that involves grappling with one's opponent and trying to throw or force them to the ground.

Química

A

Ácido: es aquella sustancia que dona un catión hidrógeno (H^+) a otra sustancia llamada base. Puede existir en estado sólido, líquido o gas, dependiendo de la temperatura.

Aleación: se define como la mezcla de dos o más metales o de metales con no metales, de tal forma que la mezcla resultante presenta características metálicas diferentes a las propiedades del metal que le dan origen.

Átomo: la mínima unidad material que representa las características de un elemento. Un elemento posee átomos iguales entre sí y diferentes a los de otro elemento. Está constituido por electrones, protones y neutrones.

B

Basicidad: es la propiedad que tienen ciertas sustancias de poseer una consistencia jabonosa al encontrarse en solución y de neutralizar los ácidos, así como de cambiar el papel tornasol rojo a azul.

Bioquímica: estudia los procesos químicos que se producen en los seres vivos.

C

Combustión: es toda reacción química, relativamente rápida, de carácter notablemente exotérmico, que se desarrolle en fase gaseosa o heterogénea (líquido-gas, sólido-gas),

Compuesto: sustancia que resulta de la unión química de dos o más elementos en proporciones definidas, se combina de tal manera que ya no es posible identificarla por sus propiedades originales e individuales y solamente por medio de una acción química se le puede separar.

D

Densidad: se refiere a la relación que hay entre la masa y el volumen.

Disolución: es una mezcla homogénea a nivel molecular o iónico de dos o más sustancias puras que no reaccionan entre sí, cuyos componentes se encuentran en proporciones variables.

E

Ecuación química: es la representación escrita, abreviada y simbólica de una reacción química; nos proporciona un medio para mostrar un cambio químico, los reactivos y los productos, su composición atómica y la relación molecular donde interviene.

Electrón: es una partícula subatómica que tiene carga negativa.

Elemento: es una sustancia pura que no puede descomponerse en sustancias más sencillas por métodos químicos ordinarios; algunos ejemplos de elementos son: oro, hierro, hidrógeno y helio.

Energía: es la capacidad para realizar un trabajo, además de considerarse como el principio de actividad interna de la masa; sus unidades en el Sistema Internacional de Medidas están dadas en Joule (J).

F

Fenómeno: todo cambio natural o artificial que ocurre en el universo.

M

Materia: es todo aquello que tiene masa, ocupa un lugar en el espacio y requiere energía para un cambio o transformación.

Metaloide: presenta propiedades intermedias entre los metales y los no metales.

Mezcla: es el resultado de la unión física de dos o más sustancias a las cuales se les llama componentes, éstos pueden ser elementos o compuestos, y al efectuarse dicha mezcla conserva sus propiedades individuales.

Molécula: se forma en el momento que los átomos se unen mediante un enlace químico llamado covalente.

N

Neutrón: se define como una partícula subatómica neutra.

Nucleón: se encuentra en el núcleo de los protones y neutrones.

Número atómico: es el número de protones que se hallan en el núcleo de un átomo y es igual al número de electrones.

Número de masa: es la suma de neutrones más protones del núcleo y se representa con la letra A.

P

Protón: es una partícula cargada positivamente. La carga del protón es igual a la carga del electrón en magnitud, pero de signo opuesto.

Q

Química: es la ciencia que trata de la composición, la estructura, las propiedades y las transformaciones de la materia, así como de las leyes que rigen dichas transformaciones.

R

Reacción redox: es toda reacción química en la que uno o más electrones se transfieren entre los reactivos, provocando un cambio en sus estados de oxidación.

S

Sales: son un amplio grupo de sustancias formadas por un catión unido a un anión por un enlace iónico, con amplias aplicaciones, dependientes de su estructura.

Sustancias: son los materiales con los que trabaja el químico y éstas pueden ser puras o no. Las sustancias puras se clasifican en elementos y compuestos.

T

Termoquímica: estudia los cambios de calor que acompañan a las reacciones químicas.

U

Unidad de masa atómica (u.m.a): se define exactamente como 1/12 de la masa de un átomo de carbono que tiene una masa de 12 u.m.a.

V

Volumen: es el espacio que ocupa un cuerpo.

Artes V. y Danza 1º, 2º Y 3º

abstracción: Tipo de arte que apela a una experiencia sensorial, por medio del color, la geometría y el dibujo espontáneo.

Achurado: Técnica de dibujo y grabado que crea tonos de gris por medio de líneas que se entrecruzan.

Acuarela: Técnica de pintura de colores transparentes, preparados con goma arábica.

Alegoría: Representación simbólica de un concepto abstracto.

Armonía: Equilibrio que guardan las formas y los tamaños de una imagen. Ésta busca un equilibrio visual entre las partes que integran la obra (tamaño. Peso visual, color, textura, luces y sombras).

Arte: Conjunto de expresiones a través de la texturas, formas, color y movimientos corporales.

Artes escénicas: Disciplinas artísticas que están destinadas a ser representadas frente a una audiencia.

Arte conceptual: Corriente artística que libera el proceso mental de una obra de arte de su representación plástica.

Asimétrico: Muestra a cada cuerpo en diferentes puntos, es decir no existe una relación o conexión entre ellos.

C

Collage: Técnica artística que consiste en pegar papeles y telas sobre un lienzo.

Contemporáneo: Lo que está en la época vigente.

Contraste: Diferencias entre colores, texturas, tamaños y motivos.

Coreografía: Práctica artística que consiste en la creación de movimientos y secuencias corporales.

Cultura: Conjunto de conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que caracterizan a un pueblo, a una clase social.

D

Danza: Conjunto de movimientos que expresan sentimientos y emociones a través del cuerpo.

Difuminado: Técnica de dibujo que define gradualmente los contornos, haciendo muy sutil la transición de luz a sombra.

Divinidad: Naturaleza divina, esencia del ser de dios.

E

Elementos escénicos: Principios fundamentales que requieren las puestas en escena para su ejecución.

Emociones: Estados afectivos de alta intensidad y poca duración, expresados a través del cuerpo.

Escala de grises: Nos ayudan a representar la luz y la sombra, así como a crear volumen y atmósferas en nuestros dibujos.

Escena: Unidad narrativa que explica una acción que sucede en un espacio y un tiempo determinado

Escenario: Espacio destinado a la representación de las artes escénicas.

Escultura: Arte de modelar, tallar y /o esculpir algún tipo de material para dar forma a figuras tridimensionales (ancho, alto, y profundidad) que estimulen la vista y el tacto.

Espectro de luz: Nombre científico que recibe la luz blanca que proviene del sol y se descompone en los colores del arcoíris.

Estética: Es el estudio filosófico de las sensaciones o emociones que produce una obra de arte en quien la observa, se encuentra ligada a lo bello, lo sublime, lo feo, lo sorprendente, lo trágico y lo grotesco.

Estilo: Toda obra debe tener un estilo, por ejemplo, costumbrista, religioso, alegórico, realista, abstracto, etc.

F

Folklor: Conjunto de prácticas, tradiciones, saberes y creencias populares que pertenecen a un grupo humano

Forma: O contorno, es la línea que rodea una figura y la separa del fondo.

G

Género Dancístico: Forma de clasificar a los diferentes estilos de danza, en relación con sus características.

Godete: Base en que se colocan las pinturas. También se llama paleta.

Guion escénico: Documento escrito que narra la historia (principio, desarrollo y fin), sirviendo como guía para dividir a las escenas e integrar cada uno de los elementos del montaje dancístico

I

Ícono: Término empleado por la iglesia ortodoxa para referirse a un tipo de pintura medieval hecha sobre tablas, y que representa un grado primitivo de realismo.

Imaginación: Capacidad o facilidad para concebir ideas, proyectos o creaciones innovadoras

Improvisación: Es la acción y efecto de realizar algo de pronto, sin haberse preparado previamente o sin que el entorno lo espere.

Interpretación: Es la acción y efecto de interpretar. Este verbo refiere a explicar o declarar el sentido de algo, traducir de una lengua a otra, expresar o concebir la realidad de un modo personal o ejecutar o representar una obra artística.

Kinesfera: Espacio personal que ocupa nuestro cuerpo, delimitado por las extremidades corporales.

L

Línea: Marca caligráfica que representa una sucesión de puntos. Existen líneas rectas, curvas, en zigzag, en espiral y onduladas.

Línea de horizonte: Línea imaginaria (ubicada a la altura de los ojos) que divide al cielo de la tierra.

Lenguajes artísticos: Formas de comunicación y expresión de las distintas artes como danza, teatro, música, pintura, cine, etc.

M

Marialuisa: Pequeño marco que rodea a las fotografías o pinturas para conservarlas mejor.

Mestizo: Procedente de 2 especies diferentes.

Montaje escénico: Puesta en escena que se integra y se crea a través de diversos elementos escénicos para contar una historia a través del movimiento corporal.

Patrimonio cultural: conjunto de bienes materiales e inmateriales que se hallan fuertemente vinculados con la identidad social y cultural de una comunidad, recibidos de las generaciones pasadas.

P

Perspectiva: Técnica que ayuda a los artistas a mantener la proporción correcta entre los objetos, ya que permite representar la profundidad y la distancia entre objetos que se relacionan con el horizonte de un campo visual.

Plano: Línea cuyo final se une con el principio. Tenemos planos rectangulares, triangulares, curvos, en forma de óvalo, pentágono, ovoide, rombo, trapecio, etc.

Punto: Huella más simple dejada por un instrumento que pinta sobre una superficie. Ayuda a crear patrones, así como efectos de ritmo y movimiento.

Punto de fuga: Lugar donde nacen las líneas que nos dan la sensación de profundidad. La imagen puede tener uno o más puntos de fuga.

R

Ritual: Secuencia de actividades que implican gestos, palabras, acciones u objetos, realizados según una secuencia establecida.

Sagrado: Todo aquello que es consagrado a un culto, divinidad o que está relacionado con alguna religión y sus misterios.

S

Sección áurea: Se trata de un número algebraico irracional descubierto en la antigüedad: 1.618, que representa la relación o proporción entre dos segmentos de una recta.

Simétrico. Muestra todos los puntos del o los cuerpos conectados al mismo tiempo.

Sincretismo: Tendencia a conjuntar y armonizar corrientes de pensamiento o ideas opuestas.

Sintaxis visual: Al igual que en la literatura, el concepto sintaxis en las artes visuales se refiere a la buena o correcta estructura de una obra. Para lograrlo debe tener líneas, planos, volumen, contrastes de tamaño, color y escala de grises.

T

Textura: Efecto visual que proyecta la superficie de un objeto.

Trayectoria: Líneas de desplazamiento a través del espacio por los movimientos del cuerpo o cualquiera de sus partes, dibujan el camino que recorren los intérpretes.

Trazos espaciales: Líneas que se unen entre sí para crear distintas figuras en el espacio dancístico con los cuerpos de los ejecutantes, dichos trazos pueden ser simétricos o asimétrico.

V

Volumen: La percepción de volumen en los objetos se genera gracias a la luz y a las sombras que ésta produce.

Z

Zapateado: conjunto de sonidos y ritmos que se ejecutan con los pies.

Tecnologías 1º, 2º Y 3º

A

Acciones de regulación y control: las acciones de control son todas aquellas que van encaminadas a asegurar que se mantiene el cumplimiento de los criterios necesarios para cumplir los objetivos. Permite verificar que no haya errores durante los procesos productivos. Las acciones de regulación se implementan cuando se encuentran ciertas desviaciones respecto al seguimiento de criterios establecidos por el plan; se trata de redireccionar para corregir posibles desvíos y retomar la orientación hacia los objetivos.

Acciones estratégicas: son tareas que se llevan a cabo de manera consciente, apegadas al logro de finalidades determinadas con anticipación.

Acciones instrumentales: son el conjunto de tareas encaminadas a la organización y el uso eficiente de los medios que permiten lograr una finalidad.

C

Cambio técnico: se refiere a las mejoras que se deben implementar durante el proceso técnico para alcanzar la calidad. Estas mejoras deben realizarse en la eficiencia y eficacia de las acciones, en los materiales y los medios técnicos.

Códigos técnicos: Conjunto de signos y reglas que nos permite emitir o comprender un mensaje y que está relacionado con la tecnología o un taller específico.

Comunicación técnica: Es la transmisión de conocimientos relacionados con las técnicas que, por ejemplo, un artesano enseña a su aprendiz, y que van de una generación a otra o que se transmiten por medio de los programas educativos. Oficios técnicos, recetarios de cocina, instructivos o gráficos.

Cultura: conjunto de modos de vida, costumbres, cosmovisión, códigos y prácticas que definen a un grupo social determinado.

D

Delegación de funciones: es el traslado de las funciones del cuerpo humano implicadas en los procesos de trabajo, hacia diferentes medios tecnológicos. Esto permite que se potencien las capacidades del ser humano, por ejemplo: su fuerza, su percepción visual y auditiva, su capacidad psicomotriz, la memoria, la precisión de movimientos e intervención, etcétera.

Desecho: se refiere a la basura generada durante un proceso técnico, o bien, la que se genera cuando un bien se vuelve obsoleto y es sustituido por otro de reciente creación o innovación. Son ejemplos de desechos aquellos eliminados por las industrias, como aguas residuales, gases, residuos sólidos; pero también los aparatos eléctricos y electrónicos que por su "edad" se han vuelto obsoletos.

E

Energía: (movimiento, calor, luz, electricidad, magnetismo): la energía es la cualidad que tiene la materia para poder realizar un trabajo. Ejemplos de manifestaciones de energía son la electricidad que fluye a través de la resistencia de tungsteno de un foco y, cuando ésta se calienta al rojo vivo, se transforma en luz y calor. La energía eléctrica también se puede transformar en magnetismo, en el alambre de cobre que conforma la bobinade un motor.

F

Flexibilidad interpretativa: se refiere a las posibilidades de cambio que tiene un producto técnico (bien o servicio) de acuerdo con las propuestas de mejora, adecuación o innovación que realizan los usuarios.

Fuentes de energía: las fuentes de energía son que en su estado natural son susceptibles de ser explotadas para obtener o transformar energía; ejemplos de fuentes de recursos energéticos son el agua, el viento, el sol, el magma, el oleaje, el petróleo, el carbón mineral y el gas natural.

G

Gesto técnico: son las acciones corporales implicadas en el uso y manejo de herramientas y máquinas. Una acción técnica lleva consigo un grupo de gestos técnicos. Los gestos técnicos tienen cuatro características: 1. el movimiento, 2. la potencia, 3. la precisión, y 4. la complejidad.

H

Herramientas: una herramienta es un medio para facilitar la realización de alguna actividad mecánica que necesita de cierta fuerza física. Es un artefacto con función técnica. El uso de una herramienta supone la ampliación de las capacidades humanas, por eso se dice que las herramientas son extensiones del cuerpo.

Impacto ambiental: se refiere al efecto que producen en el ambiente todas las acciones realizadas en los procesos productivos, desde la explotación de los recursos naturales, hasta su procesamiento y transformación en bienes necesarios. Entre los mayores efectos generados por el ser humano en el ambiente están la reducción de la cubierta vegetal en el planeta, la expansión de la frontera de los desiertos y el calentamiento global.

Información técnica: Define las características y especificaciones de algún aparato, proceso o servicio y viene en forma de instructivo o guía de operación.

Insumos: en los procesos técnicos se utilizan materiales, energía para transformarlos y diferentes conocimientos relacionados con cada parte del proceso; estos elementos, en conjunto, se denominan insumos. En actividades tecnológicas como la carpintería, el insumo principal sobre el que se actúa para transformarlo es la madera, en ofimática, el insumo básico es la información; sin embargo, en los objetos utilizados podemos reconocer infinidad de materiales y procesos de transformación de energía.

Intervención técnica: es una o más acciones intencionadas que se llevan a cabo sobre una situación con el propósito de modificarla. Se caracteriza porque las tareas se llevan a cabo en un tiempo establecido y se utilizan conocimientos, habilidades y medios técnicos.

Lenguaje técnico: Son los términos que empleamos de manera específica para nombrar acciones, productos, herramientas, procesos y situaciones que tienen que ver con un ámbito de conocimiento.

Máquinas: las máquinas, al igual que las herramientas, tienen una función técnica. Sin embargo, las máquinas son artefactos más complejos que se componen de un conjunto de piezas tanto móviles como fijas que aprovechan y/o transforman la energía de diferentes fuentes. Los componentes de una máquina son: fuente de energía, motor, transmisión, actuador, sistemas de regulación y control.

Materiales: (naturales y sintéticos): según su origen, los materiales se clasifican en naturales y sintéticos. Los naturales son los que se extraen de la naturaleza y conservan la mayor parte de sus propiedades al ser utilizados (como la madera, el hierro, el cobre y el carbón). Los materiales sintéticos son elaborados por el hombre mediante transformaciones químicas que dan como resultado nuevos materiales, como la baquelita, el unigel o el poliéster.

Proceso productivo: es el conjunto de técnicas mediante las cuales se transforman las materias primas y se obtienen bienes o servicios por medio del uso de recursos tecnológicos, materiales y humanos.

Proceso técnico artesanal: el proceso productivo artesanal es un conjunto de tareas cuyo propósito es el bien común y no sólo la expresión artística o el comercio de uno a uno. En muchas ocasiones, un proceso productivo se enlaza con otros que ya existen en la región y se crea una red productiva que beneficia ampliamente a la comunidad.

Propiedades técnicas de los materiales: los materiales presentan propiedades físicas y mecánicas. Las propiedades mecánicas, como la dureza o la elasticidad, describen la forma en que un material soporta una fuerza aplicada; en tanto, las propiedades físicas aluden a características como la conductividad o el comportamiento óptico

Proyecto técnico: el proyecto técnico ordena y organiza, de manera anticipada, las actividades y los recursos para obtener un producto, que puede ser un bien o un servicio. Tiene varias fases que se deben cumplir en un tiempo determinado.

Representación técnica: Es un dibujo gráfico que comunica por medio de códigos, símbolos, esquemas, imágenes, dibujos; acciones o mensajes que pueden ser comprendidos, incluso por personas que no hablan el mismo idioma de quien lo diseña, por ello se dice que es universal.

Resolución de problemas: es una metodología que consiste en analizar un problema hasta determinar una o varias soluciones posibles. Los problemas técnicos son aquéllos cuya solución requiere de un producto técnico (objeto, procedimiento o servicio). La resolución de problemas utiliza varios métodos de solución entre los que se encuentra el proyecto técnico.

Técnica: actividad humana intencionada y centrada en el saber-hacer para la transformación de materiales y energía en un producto. Su finalidad es la satisfacción de necesidades e intereses del ser humano. Las técnicas tienen distintos niveles que van de lo simple a lo complejo. Los productos de las técnicas son: objetos, procesos y servicios.

Tecnología: la tecnología es el saber hacer y el proceso creativo que puede utilizar herramientas, recursos y sistemas para resolver problemas y para acrecentar el control sobre el ambiente natural y artificial con el propósito de mejorar la condición humana, según el Simposio Internacional sobre la Enseñanza de la Tecnología dentro del marco de la educación General, París, Francia 1985. Es un campo de conocimiento que estudia a la técnica.

Transformación de la naturaleza: acción y efecto de la intervención técnica en el medio natural con el propósito de satisfacer necesidades e intereses humanos.

Educación Física

A

Abdominales: Ejercicio gimnástico en el que se ejercitan o fortalecen los músculos de la parte media del cuerpo mediante flexiones y extensiones en dicha zona con repeticiones.

C

Cancha deportiva: Una cancha deportiva es una extensión de tierra modificada para practicar distintos deportes o actividades físicas.

Circuitos motrices: Tiene como objetivo la mejora de las habilidades y capacidades físicas del alumno mediante el uso combinado y secuencial de ejercicios y materiales didácticos.

Crecimiento: es el proceso biológico por el cual un ser vivo aumenta de masa y tamaño a la vez que experimenta una serie de cambios morfológicos y funcionales que afecta a todo el organismo hasta adquirir el mayor crecimiento.

E

Educación física: Disciplina que educa el cuerpo del ser humano mediante el movimiento. Usa como herramienta el deporte, la actividad física y los juegos todo esto para el bienestar y el desarrollo integral del individuo.

Ejercicios de orden y control: Son aquellos que nos auxilian en la realización y ejecución de una postura correcta, así como el comportamiento adecuado en actividades cívicas, deportivas, sociales y culturales.

F

Fuerza: Capacidad del ser humano de soportar, vencer o aplicar una fuerza mediante el uso del cuerpo y la contracción muscular.

Flexibilidad: Capacidad del ser humano para realizar movimientos articulares de manera correcta y también promover la elasticidad muscular.

G

Gimnasia escolar: Es un programa que instruye a los estudiantes en técnicas que comprenden fuerza, ritmo, balance, agilidad, equilibrio y flexibilidad.

Deporte: Actividad física ejercida como juegos o competición, cuya práctica supone entrenamiento y está sujeta a un reglamento.

H

Habilidades básicas: Son habilidades propias del ser humano las cuales tenemos desde el nacimiento, se desarrollan al paso del tiempo y la mayoría de ellas las usamos en nuestro día a día. Algunas de estas habilidades son: correr, saltar, girar, gatear, rodar etc.

Higiene: se refiere a los cuidados, prácticas o técnicas utilizados para la conservación de la salud y la prevención de las enfermedades.

Handball: hándbol o balonmano es un deporte en el que dos equipos compiten por el dominio de un balón, empleando sus manos para controlarlo y arrojarlo dentro del arco del contrario, lo cual equivale a anotar un gol. Se juega tanto al aire libre como bajo techo y cada equipo está conformado por 7 personas.

El fútbol asociación, también llamado futbol soccer: es un deporte de equipo, en el que se enfrentan dos conjuntos de 11 jugadores cada uno y el árbitro que se ocupa de que las normas se cumplan correctamente y el objetivo es anotar la mayor cantidad de goles en la portería contraria.

El sedentarismo es un estilo de vida en el que se realiza poca actividad física y esto causa problemas de salud.

I

Indiaca: La indiaca es un deporte de equipo que se juega en una cancha similar a la de voleibol, pero golpeando con la mano una “pelota con plumas”. La pelota está especialmente diseñada para este deporte, aunque es un volante similar al usado en el bádminton. La pelota, también llamada indiaca o peteca, es puesta en juego a través de un saque con la mano, en la cual el jugador golpea la bola para que pase por encima de la red hacia el lado del equipo contrario. El juego continúa hasta que la pelota toque el suelo, el cuerpo de algún jugador (solo se permite el contacto con los brazos, hasta el codo), o hasta que salga del campo o un equipo falle al devolverla al lado contrario.

Imc: Índice de masa corporal.

J

Juego: Actividad lúdica enfocada en el disfrute y la diversión.

L

la condición física: es el conjunto de cualidades de un sujeto para poder realizar actividad física en un momento determinado. Es la suma de las cuatro capacidades físicas básicas (Fuerza, Resistencia, Flexibilidad y Velocidad).

Las lagartijas: son ejercicios de flexión que permiten trabajar y fortalecer los músculos del tren superior, especialmente pectorales, hombros, tríceps, y deltoides, entre otros músculos, como los abdominales y la espalda.

La gincana (o yincana): es un conjunto de pruebas de destreza o ingenio que se realizan -siempre en grupo- por equipos a lo largo de un recorrido, casi siempre al aire libre y con un objetivo lúdico y de entretenimiento. Esta actividad se basa en realizar diferentes tipos de pruebas o competiciones donde los concursantes tienen que superar varios obstáculos para poder finalizar con éxito la prueba.

La contracción muscular: es el proceso fisiológico en el que los músculos desarrollan tensión y se acortan o estiran (o bien pueden permanecer de la misma longitud) por razón de un previo estímulo de extensión.

M

Motricidad: Se llama motricidad a cada uno de los movimientos intencionales y conscientes que realiza el ser humano.

R

Resistencia: Capacidad del ser humano de resistir una actividad física de mediana a larga duración sin sufrir fatiga extrema.

T

Tochito bandera: También conocido como tochito cinta, tocho bandera o fútbol bandera es una variación del fútbol americano que se juega sin tackleo, es decir, sin impactos fuertes que derriben al contrincante, ésta modalidad defensiva consiste en arrebatar una de las dos cintas o banderines que el rival resguarda a ambos lados de la cintura.

U

Un árbitro (o réferi): es la persona con autoridad en una variedad de deportes. Es responsable de presidir el juego desde un punto de vista neutral y de tomar decisiones sobre la marcha que hacen cumplir las reglas del deporte en que participa, incluidas las decisiones de deportividad, como, por ejemplo, la expulsión en juegos colectivos.

El concepto de esfuerzo se emplea con referencia al uso intenso de la fuerza, el vigor o la mente para alcanzar un objetivo o superar determinados obstáculos. Por lo general, esforzarse resulta imprescindible para conseguir éxito.

Una sentadilla: es un ejercicio físico que consiste en flexionar las rodillas, bajar el cuerpo recto y luego volver a una posición erguida.

V

Velocidad: Capacidad del ser humano para realizar desplazamientos y movimientos de manera rápida, precisa y eficaz.

Voleibol: es un deporte que se juega con una pelota y en el que dos equipos, integrados por seis jugadores cada uno, se enfrentan sobre un área de juego separada por una red central. El objetivo del juego es pasar el balón por encima de la red, logrando que llegue al suelo del campo contrario mientras el equipo adversario intenta impedir simultáneamente que lo consiga.

