



INSTITUTO NICARAGÜENSE DE DEPORTES
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

9^{na} Convivencia Nacional de las Pruebas de Eficiencia Física 2018

C O N V O C A

A la 9^{na} Convivencia Nacional de las Pruebas de Eficiencia Física (PEF), con el objetivo de que el estudiantado de las Academias Deportivas del IND y los Centros de Estudios de Primaria y Secundaria, participen demostrando sus aptitudes y condiciones físicas, de acuerdo a las nuevas enseñanzas educativas y deportivas, promoviendo y fomentando la práctica constante de la Educación Física.

Fechas

- Etapa Municipal: 2^{da} Quincena de Febrero 2018
- Etapa Departamental: 1^{er} Semana de Marzo 2018
- Etapa Nacional: Primaria: 15 de Marzo de 2018 / 8:00am – 3:00pm.
Secundaria: 16 de Marzo del 2018 / 8:00am – 3:00pm.

Inscripciones: Realizada en formato proporcionado en esta Convocatoria, entregar a más tardar el 10 de Marzo del 2018, en la Dirección de Educación Física del IND.

Sede: IND Central, Managua.

Instalaciones: Gimnasio / Pista de Atletismo

Nivel de Competencia

Educación Primaria y/o Academias Deportivas de IND: Dos participantes (1Mas. y 1Fem.) de 4^{to}, 5^{to} o 6^{to} grado y un Profesor de EE.FF. o Entrenador de Academias Deportiva.

Educación Secundaria y/o Academias Deportivas del IND: Dos participantes (1Mas. y 1Fem.) de 7^{mo} al 11^{vo} grado y un Profesor de EE.FF. o Entrenador de Academias Deportiva.

Bases de Competencia

1. El estudiantado o atletas, serán los mejores de cada departamento representativos de su Centro Educativo o de las Academias Deportivas de IND, estos serán acompañados por un Profesor de Educación Física y/o Entrenador de las Academias Deportivas, para un total de 3 (tres) por Primaria y 3 (tres) por Secundaria.
2. Todos los estudiantes se presentaran con su traje deportivo (Short, Camiseta, Tenis)
3. No es permitido el uso de pinchos o zapatos para atletismo con púas.
4. El estudiantado y profesores y/o los entrenadores deben de presentar la Hoja Oficial de Inscripción con todos los datos que se solicitan en la misma.

A) Pruebas de Eficiencia Física (PEF) a realizar por los Estudiantes.

	Distancia	Genero	Unidad de Medida
Velocidad	60mts(P-S)	M y F	Segundos/ Centésimas. C/R.
Resistencia	400mts.(P)600mts.(S)	F	Minutos/ Segundos. C/R.
	600mts.(P)800mts.(S)	M	Minutos/ Segundos. C/R
Salto Largo	-	M y F	Metros/ Centímetros.
Pechadas	-	M y F	Cantidad Realizadas en 1 (un) minuto
Abdominales	-	M y F	Cantidad Realizadas en 1 (un) minuto

B) Desarrollo

Las pruebas de Velocidad, Resistencia y Salto Largo se realizaran de acuerdo a las normativas que orienta el Ministerio de Educación.

Las Pechadas

Se realizarán y se desarrollarán de la siguiente manera: La ó el Estudiante se tenderá boca abajo en el piso, plano y libre de obstáculos los brazos estirados, piernas juntas y extendidas. Al iniciar la prueba debe de flexionar los brazos hasta llevar el pecho lo más cerca el piso y volver a extenderlos, se contará la cantidad de repeticiones realizadas correctamente en 1 minuto. No se puede detener y comenzar nuevamente.

Los Abdominales

Se realizarán en una superficie lisa y libre de obstáculos, La ó el Estudiante, se acostará de espalda, con las piernas flexionadas, los brazos cruzados sobre el pecho. Al iniciar la prueba La ó El estudiante levantará el tronco a 15cm del suelo y regresa al piso, se contará la cantidad de repeticiones realizadas correctamente en 1 Minuto. No se puede detener y comenzar nuevamente.

Como se elige a los ganadores de Primaria y Secundaria de las PEF

A los ganadores en cada prueba, se les darán los siguientes puntajes, de acuerdo a la cantidad de participantes de los departamentos:

Posición y Puntaje

1 ^{er} Lugar	20 Puntos	7 ^{mo} Lugar	09 Puntos	13 ^{vo} Lugar	4 Puntos
2 ^{do} Lugar	18 Puntos	8 ^{vo} Lugar	08 Puntos	14 ^{vo} Lugar	4 Puntos
3 ^{er} Lugar	16 Puntos	9 ^{no} Lugar	07 Puntos	15 ^{vo} Lugar	4 Puntos
4 ^{to} Lugar	14 Puntos	10 ^{mo} Lugar	6 Puntos	16 ^{vo} Lugar	4 Puntos
5 ^{to} Lugar	12 Puntos	11 ^{vo} Lugar	5 Puntos	17 ^{vo} Lugar	4 Puntos
6 ^{to} Lugar	10 Puntos	12 ^{vo} Lugar	4 Puntos	18 ^{vo} Lugar	4 Puntos

La sumatoria de los puntos obtenidos en cada prueba, dará la posición final de los participantes y/o competidores, si al final del evento existiera un empate en puntos, se dará cinco puntos más al estudiante que realizó más pechadas, de persistir el empate, se dará cinco puntos más al estudiante que realizó mayor cantidad de abdominales. En las etapas Municipales y / o Departamentales la suma de los puntos obtenidos por el participante masculino y la participante femenino dará el resultado del centro de estudio ganador.

Jueces y Crono metristas

Serán designados por la Dirección de Educación Física del IND, serán los garantes del fiel cumplimiento de las normas y bases de este evento nacional.

Premiación

La Dirección de Educación Física del Instituto Nicaragüense de Deportes, premiará a los tres primeros lugares a nivel nacional de cada género, con la Estatuilla del Discóbolo de Mirón. Medalla y Diploma, al resto de participantes se les entregará una medalla y diploma como ganadores departamentales de las Pruebas de Eficiencia Física (PEF).

Alimentación, Alojamiento y Transporte

A todos los participantes en la Etapa Nacional se les garantizarán refrigerio, alimentación y transporte ida y regreso, de acuerdo a la tabla de viáticos del IND. Alojamiento a los participantes de Río San Juan, RACCN, RACCS, Zelaya Central y Las Minas.

Realización de las distintas Etapas

El Delegado Departamental del IND, coordinará y planificará el desarrollo de las diferentes etapas en sus respectivos municipios y departamento para seleccionar a los ganadores que participarán a nivel nacional.

Disposiciones finales

Lo no previsto en la presente convocatoria será resuelto por el Comité Organizador del IND.
Managua, 15 de Enero 2018.

PROF. J. ERNESTO GAITÁN H.
RESP. DEPTO. EE.FF. BÁSICA Y GENERAL, IND

LIC. JOSÉ RAMÓN GARCÍA SALGADO
RESP. DE EDUCACIÓN FÍSICA, IND



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!

2018

UNID@S EN Por Gracia
VICTORIAS! de Dios!

INSTITUTO NICARAGÜENSE DE DEPORTES
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

8^{va} COMPETENCIA NACIONAL DE LAS PEF-2018

FORMATO DE INSCRIPCIÓN

PRIMARIA: _____ SECUNDARIA: _____

PARTICIPANTES

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	ACADEMIA Y/O CENTRO EDUCATIVO	GRADO	MUNICIPIO	DPTO.	CODIGO DEL ESTUDIANTE
01							
02							

PROFESOR Ó ENTRENADOR

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	ACADEMIA Y/O CENTRO EDUCATIVO	MUNICIPIO	DEPARTAMENTO	Nº CEDULA Y FIRMA
01					

FIRMA Y SELLO
DIRECCIÓN DEL CENTRO EDUCATIVO

FIRMA Y SELLO
DELEGADO DEPARTAMENTAL IND