

5
S
E

DISEÑO CURRICULAR PARA LA
EDUCACIÓN SECUNDARIA

EDUCACIÓN FÍSICA

■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ 5° AÑO



Dirección General de
Cultura y Educación

Buenos Aires
LA PROVINCIA

Diseño Curricular para la Educación Secundaria 5o año: Educación Física / Coordinado por Claudia Bracchi y Marina Paulozzo - 1ra ed. - La Plata: Dir. General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires, 2011.
36 p.; 28x20 cm.

ISBN 978-987-676-024-9

1. Diseño Curricular. 2. Educación Secundaria. 3. Educación Física. I. Bracchi, Claudia, coord. II. Paulozzo, Marina, coord.
CDD 373

■ Equipo de especialistas

Coordinación Mg. Claudia Bracchi | Lic. Marina Paulozzo

Educación Física

Prof. Gabriel Dozo | Lic. Silvia Ferrari | Lic. Jorge Gómez | Lic. Carlos González | Lic. Liliana Mosquera

© 2010, Dirección General de Cultura y Educación
Subsecretaría de Educación
Calle 13 entre 56 y 57 (1900) La Plata
Provincia de Buenos Aires

ISBN 978-987-676-024-9

Dirección de Producción de Contenidos
Coordinación Área editorial DcV Bibiana Maresca
Edición Lic. María Emilia de la Iglesia
Diseño DcG Federico Kaltenbach

Esta publicación se ajusta a la ortografía aprobada por la Real Academia Española
y a las normas de estilo para las publicaciones de la DGCyE.

Ejemplar de distribución gratuita. Prohibida su venta.

Hecho el depósito que marca la Ley N° 11.723
dir_contenidos@ed.gba.gov.ar

ÍNDICE

Presentación.....	5
El proceso de diseño curricular	6
Estructura de las publicaciones	6
La Educación Física y su enseñanza en el Ciclo Superior	9
Mapa curricular	13
Carga horaria	13
Objetivos de enseñanza	13
Objetivos de aprendizaje	14
Contenidos	15
Eje corporeidad y motricidad	15
Constitución corporal	15
Conciencia corporal.....	16
Habilidades motrices	16
Eje corporeidad y sociomotricidad.....	16
La construcción del juego deportivo y el deporte escolar	16
Comunicación corporal	17
Eje corporeidad y motricidad en relación con el ambiente	17
La relación con el ambiente	17
La vida cotidiana en ámbitos naturales.....	18
Las acciones motrices en la naturaleza	18
Disfrute estético de la naturaleza	18
Orientaciones didácticas	19
El abordaje de la clase desde la complejidad que plantea la corporeidad	20
La enseñanza de la Educación Física basada en la comprensión del hacer corporal y motor	21
Propuesta de actividades	22
La lectura, la comunicación oral y escrita y su estudio en Educación Física	24
Lectura, comunicación y estudio en Educación Física	24
La grupalidad y la formación política	26
Los deportes y los juegos deportivos.....	27
La constitución corporal y motriz	27
La conciencia corporal.....	28
Los aprendizajes motores en el ambiente	28
La Educación Física y la planificación de la enseñanza	29
Objetivos de aprendizaje	30

Los ejes y núcleos de contenidos	30
Las estrategias de enseñanza	31
Orientaciones para la evaluación	32
Bibliografía.....	35

PRESENTACIÓN

“La Provincia, a través de la Dirección General de Cultura y Educación, tiene la responsabilidad principal e indelegable de proveer, garantizar y supervisar una educación integral, inclusiva, permanente y de calidad para todos sus habitantes, garantizando la igualdad, gratuidad y la justicia social en el ejercicio de este derecho, con la participación del conjunto de la comunidad educativa”.¹

La Escuela Secundaria obligatoria de seis años cumple con la prolongación de la educación común y, como se señala en el Marco General del Ciclo Básico de Educación Secundaria, representa el espacio fundamental para la educación de los adolescentes y los jóvenes de la provincia de Buenos Aires; es un lugar que busca el reconocimiento de las prácticas juveniles con sentido formativo y las incluye en propuestas pedagógicas que posibiliten construir proyectos de futuro y acceder al acervo cultural construido por la humanidad, para lo cual los adultos de la escuela ocupan su lugar como responsables de transmitir la cultura a las nuevas generaciones.²

En este marco, la Educación Secundaria tiene en el centro de sus preocupaciones el desafío de lograr la *inclusión* y la *permanencia* para que todos los jóvenes de la Provincia finalicen la educación obligatoria, asegurando los conocimientos y las herramientas necesarias para dar cabal cumplimiento a los tres fines de este nivel de enseñanza: *la formación de ciudadanos y ciudadanas, la preparación para el mundo del trabajo y para la continuación de estudios superiores.*

Una Escuela Secundaria inclusiva apela a una visión de los jóvenes y los adolescentes como sujetos de acción y de derechos, antes que privilegiar visiones idealizadoras, románticas, que nieguen las situaciones de conflicto, pobreza o vulnerabilidad. Esto hará posible avanzar en la constitución de sujetos cada vez más autónomos y solidarios, que analicen críticamente tanto el acervo cultural que las generaciones anteriores construyeron, como los contextos en que están inmersos, que puedan ampliar sus horizontes de expectativas, su visión de mundo y ser propositivos frente a las problemáticas o las situaciones que quieran transformar.

Tener en cuenta los distintos contextos en los que cada escuela secundaria se ha desarrollado, las condiciones en las que los docentes enseñan, las particularidades de esta enseñanza y las diversas historias personales y biografías escolares de los estudiantes, permitirá que la toma de decisiones organizacionales y curriculares promueva una escuela para todos.

Este trabajo fue socializado en diferentes instancias de consulta durante todo el 2009. Cabe destacar que la consulta se considera como instancia para pensar juntos, construir colectivamente, tomar decisiones, consolidar algunas definiciones y repensar otras.

Una escuela secundaria que requiere ser revisada, para incorporar cambios y recuperar algunas de sus buenas tradiciones, implica necesariamente ser pensada con otros. Por ello, esta escuela es el resultado del trabajo de la Dirección Provincial de Educación Secundaria y recoge los aportes efectuados por inspectores, directivos, docentes de las diferentes modalidades, estudiantes, especialistas, representantes gremiales, universidades, consejos de educación privada, partidos políticos, entre otros.

¹ Ley de Educación Provincial N° 13.688, artículo 5.

² DGCyE, *Marco General de la Educación Secundaria. Diseño Curricular de Educación Secundaria*. La Plata, DGCyE, 2006.

EL PROCESO DE DISEÑO CURRICULAR

El proceso de diseño curricular se inició en el año 2005, con una consulta a docentes en la cual se valoraron las disciplinas y su enseñanza; continuó en 2006 con la implementación de los prediseños curriculares como experiencia piloto en 75 escuelas de la Provincia. A partir de 2007, todas las escuelas secundarias básicas implementaron el Diseño Curricular para el 1° año (ex 7° ESB); durante 2008 se implementó el Diseño Curricular para el 2° año (ex 8° ESB) y en 2009 se implementó el correspondiente al 3° año (ex 9° ESB).³

Se organizó de este modo el Ciclo Básico completo, con materias correspondientes a la *formación común*. El Ciclo Superior Orientado, por su parte, se organiza en dos campos: el de la *formación común* y el de la *formación específica*. El primero incluye los saberes que los estudiantes secundarios aprenderán en su tránsito por el nivel, sea cual fuere la modalidad u orientación, y que son considerados como los más significativos e indispensables.⁴ El segundo incorpora materias específicas de distintos campos del saber, según la orientación.

En este sentido, la organización del Ciclo Básico y su desarrollo, tanto en el Marco General como en los diseños curriculares de cada una de las materias, decidieron cuestiones importantes que se continúan en los diseños curriculares para el Ciclo Superior. Se resolvió su diseño de manera completa porque se estructura en orientaciones que debieron pensarse para aprovechar los espacios disponibles de los tres años.

Finalmente, estos diseños curriculares necesitan que los docentes participen y co-construyan con los jóvenes ritos que *hagan marca*, es decir que den cuenta de la impronta particular de cada escuela. Esto implica el reconocimiento y la integración a las rutinas escolares de los modos de comunicación y expresión de los jóvenes: programas de radio, blogs, publicaciones, espacios de expresión artística, entre otras alternativas.

La propuesta de una escuela secundaria pública, en tanto espacio de concreción del derecho social a la educación para los adolescentes y los jóvenes, toma en sus manos la responsabilidad de formar a la generación que debe ser protagonista en la construcción del destino colectivo.

ESTRUCTURA DE LAS PUBLICACIONES

El Diseño Curricular del Ciclo Superior para la Educación Secundaria de 5° año se presenta en tres tipos de publicaciones.

- Marco General del Ciclo Superior para la Escuela Secundaria.
- Materias comunes que corresponden a 5° año de todas las orientaciones.
- Orientaciones.

El siguiente cuadro representa cada una de las publicaciones con sus contenidos.

³ Las resoluciones de aprobación de los diseños curriculares correspondientes al Ciclo Básico de la Secundaria son: para 1° año Res. N° 3233/06; para 2° año 2495/07; para 3° año 0317/07; para Construcción de Ciudadanía Res. 2496/07 y Res. de Consejo Federal N° 84/09.

⁴ En los lineamientos federales, este campo de la formación común se denomina Formación General.

ESTRUCTURA DE LAS PUBLICACIONES

Marco General para el Ciclo Superior de la Escuela Secundaria

Arte (solo para Ciencias Naturales)

Historia

Educación Física

Literatura

Política y Ciudadanía

Matemática - Ciclo Superior

Introducción a la Química

Inglés

Geografía

Ciencias Naturales

Ciencias Sociales

Lenguas Extranjeras

Arte

Educación Física

Economía y Administración

Comunicación

Marco General de la Orientación

Fundamentos de Química

Física

Ciencias de la Tierra

Biología

Marco General de la Orientación

Comunicación, cultura y sociedad

Economía política

Sociología

Marco General de la Orientación

Estudios interculturales en inglés I

Italiano II

Francés II

Portugués II

Marco General de la Orientación

Artes Visuales

Imagen y nuevos medios

Imagen y procedimientos constructivos

Danza

Análisis Coreográfico

Improvisación y composición coreográfica

Literatura

Seminario de investigación literaria

Taller de Escritura

Música

Análisis y producción en música

Prácticas de conjuntos vocales e instrumentales

Teatro

Actuación y procedimientos constructivos en teatro

Análisis del lenguaje teatral

Marco General de la Orientación

Prácticas deportivas y acuáticas

Educación Física y cultura

Prácticas corporales y deportivas en el ambiente natural

Prácticas gimnásticas y expresivas

Sociología

Marco General de la Orientación

Derecho

Elementos de micro y macroeconomía

Gestión Organizacional

Sistemas de información contable

Marco General de la Orientación

Comunicación y culturas del consumo

Observatorio de comunicación, cultura y sociedad

Observatorio de Medios

Contenidos correspondientes al Ciclo Superior.

Contenidos correspondientes a 5° año.

LA EDUCACIÓN FÍSICA Y SU ENSEÑANZA EN EL CICLO SUPERIOR

Este diseño curricular comparte los fundamentos y el enfoque de la Educación Física con la materia correlativa Educación Física de 4º año de la ES.

La corporeidad es entendida como un espacio propio y al mismo tiempo social que involucra el conjunto de las competencias cognitivas, emocionales, motrices, expresivas y relacionales de las personas. La enseñanza de la Educación Física incide en la constitución de la identidad de los jóvenes porque impacta en su corporeidad.

El cuerpo constituye una dimensión significativa de la condición humana. No hay vida posible si no es mediante el cuerpo. La corporeidad se va conformando durante la existencia y dicha construcción es simultáneamente orgánica y subjetiva, es decir que involucra un proceso donde ambos aspectos se influyen mutua y constantemente. La motricidad como acción intencionada de la corporeidad permite a los jóvenes crear, transformar, concretar proyectos, desenvolverse en el campo de la cultura corporal y situarse activamente en el mundo.

La Educación Física contribuye a que los jóvenes profundicen su constitución corporal y motriz, reorganicen su imagen corporal, fortalezcan su autoconciencia y estima. También permite que asuman posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo, y en función de sus intereses personales se orienten hacia alguna actividad motriz en particular. Esto implica un proceso formativo en el que se afianza el sentido de cooperación, la disposición para construir acuerdos y la formación en hábitos de vida saludable que se reflejan en su proyecto de vida y su integración en la comunidad.

En este sentido, la *sociomotricidad* como dimensión fundamental de la *motricidad*, ocupa un lugar clave en la configuración de las formas de relación social de los jóvenes porque propicia la comunicación, la participación y la cooperación; y permite diseñar, probar y acordar acciones motrices de conjunto. En este período de consolidación identitaria y de fortalecimiento de la relación con los otros, las producciones gimnásticas colectivas, los deportes en equipo, diversas danzas en grupo, caminatas en zonas agrestes, implican experiencias de gran significación educativa para los jóvenes.

Las prácticas ludomotrices, deportivas, acuáticas, expresivas y gimnásticas, son manifestaciones culturales que han cambiado –y continúan haciéndolo– según las variaciones de los contextos en los que se realizan. Se espera que los jóvenes en tanto sujetos de derecho, se apropien y disfruten de variadas prácticas corporales, motrices y deportivas de la cultura local y nacional, y al mismo tiempo de distintas expresiones de la cultura universal para integrarlas, modificarlas o inventar nuevas alternativas, convirtiéndose en portadores y creadores de cultura.¹

¹ Se entiende a "los adolescentes y jóvenes como sujetos de derechos, es decir como ciudadanas y ciudadanos. [...] El enfoque de derechos implica concebir a los derechos como universales e indivisibles. Universales porque todo sujeto es portador de derechos (tiene derecho a tener derechos), sin importar su origen étnico, raza, clase, religión, género, orientación sexual, clase social, o cualquier otra diferenciación. Y se consideran indivisibles porque constituyen un sistema integrado. DGCyE, *Diseño Curricular para la Educación Secundaria. Construcción de Ciudadanía. 1º a 3º año*. La Plata, DGCyE, 2007.

En quinto año, persiste la práctica intensa y comprometida en las distintas manifestaciones de la motricidad y en los diferentes ámbitos, por el mayor nivel de prestación motriz y de madurez emocional alcanzada. Esto se observa por ejemplo en los deportes. Las acciones motrices expresan fineza coordinativa y dominio de la propia corporeidad, si los aprendizajes anteriores han sido suficientes.

Se espera que en la apropiación de estas prácticas se fortalezca el vínculo entre los estudiantes y su sentido de pertenencia. Ello requiere intervenir pedagógicamente en la grupalidad para consolidar un entramado de relaciones humanas que sostenga el aprendizaje motor de todos y de cada uno de sus integrantes, en una edad en que la conciencia del otro y la profundidad de la comunicación lo permiten.

Al intervenir pedagógicamente sobre la corporeidad y la motricidad, la Educación Física contribuye a la formación integral de los jóvenes al considerar, además de sus manifestaciones motrices visibles, la conciencia, la inteligencia, la percepción, la afectividad, la comunicación. Estas últimas hacen posible que dichas acciones sean realizadas con un determinado sentido y significado para ellos, y brindando la posibilidad de abrirse a otros grupos de la comunidad –en clubes, sociedades de fomento, centros comunitarios, etc.–, organizando y desarrollando proyectos de intervención comunitaria con sentido crítico y transformador.

Para que esto suceda es preciso superar la concepción de Educación Física que considera al cuerpo como un instrumento, un objeto orgánico para entrenar y disciplinar, fortaleciendo en cambio la consideración de su dimensión subjetiva y social. Esto cobra especial significación a una edad en que la consolidación de las estructuras corporales y orgánicas se integra con una mayor disponibilidad y seguridad propia, al superarse paulatinamente la etapa anterior de cambios acelerados en todos los planos de la corporeidad y del ser en sí.

Por otra parte, la Educación Física debe aportar a la concientización del cuidado del ambiente para que sus prácticas motrices sean integralmente saludables en los diversos espacios en que los sujetos las desarrollan.

Desde un enfoque general se concibe al ambiente o entorno como la realidad que rodea al sujeto. Este entorno no representa un mero espacio físico, sino que es significativo en función de la cultura. En la relación con el ambiente el sujeto da cuenta del conjunto de fenómenos que promueven el despliegue y puesta en juego de su motricidad.

Desde un punto de vista más específico, la Educación Física se ocupa de la relación activa del sujeto con el medio natural. En él se desarrollan caminatas, excursiones, prácticas gimnásticas, prácticas expresivas, prácticas deportivas, variadas actividades campamentales que conllevan una relación –“cuerpo a cuerpo”– con los elementos naturales para su experimentación sensible y reconocimiento, valoración, disfrute, cuidado y utilización racional, teniendo en cuenta el concepto de sustentabilidad para su protección.

En estas instancias los estudiantes ponen en juego sus capacidades relacionales, a la vez que elaboran normas de seguridad y cuidado de sí mismo y de los otros, de respeto y protección del medio ambiente, viabilizando y concretando experiencias posibles en los diferentes contextos. En quinto año se pretende que los estudiantes participen activamente no solo en las experiencias en sí, sino en su organización previa al asumir roles significativos para resolver las distintas cuestiones que esto implica.

El paulatino acercamiento al mundo del trabajo y a los estudios superiores hace necesaria la consideración de la ergomotricidad, entendida como las acciones motrices específicas y necesarias para la actividad laboral. Con este propósito, la Educación Física propone tareas que permitan a los jóvenes reconocer las posturas adecuadas, la acción compensatoria de determinadas tareas motrices, la regulación del esfuerzo en distintas situaciones laborales o de estudio, y la toma de conciencia de la exigencia de los distintos campos de la actividad humana con la finalidad de preservar el equilibrio personal y la vida saludable, entre otras posibilidades.

La enseñanza de los contenidos específicos de la Educación Física favorece tanto su inserción en el mundo laboral como el ejercicio de la ciudadanía, al poner énfasis en la necesidad de asumir una actitud responsable respecto de las problemáticas ambientales, el cuidado de los otros y de sí mismo. A estos aspectos se debe agregar la adhesión y práctica de comportamientos éticos, la asunción de roles con responsabilidad; la construcción, aceptación y respeto por las reglas y la organización conjunta de proyectos comunes.

La Educación Física en 5° año de la Educación Secundaria, continúa el proceso iniciado el año anterior para incidir en la constitución corporal y motriz de los jóvenes. La materia se caracteriza por plantear objetivos y contenidos en una línea secuencial e integradora durante todos los años de la Escuela Secundaria. En el Ciclo Superior, su enseñanza no implica el abordaje de cuestiones o temáticas diferentes de un año a otro, sino *una paulatina complejización y profundización de saberes*.

Lo citado con antelación explica la continuidad de los tres ejes y de sus núcleos de contenidos durante el paso por la Escuela Secundaria, por lo que resulta fundamental observar el tratamiento curricular de los mismos y sus avances respecto al año anterior. Se destacan los contenidos que amplían la comprensión de los procesos de constitución corporal y motriz, sus fundamentos científicos y técnicos, y se da continuidad a aquellos que solo reciben matices de tratamiento didáctico durante toda la escolaridad secundaria, por ser vertebradores del sentido de la materia.

En este año se procura que los estudiantes afiancen la fundamentación de sus prácticas corporales y motrices. Los adolescentes y jóvenes acrecientan durante este ciclo su capacidad resolutive en las diversas situaciones motrices y van conformando un plan personalizado y sistemático para el desarrollo autónomo de su condición corporal.

En consecuencia, los ejes y núcleos de contenidos que se presentan son los siguientes.

- Eje Corporeidad y motricidad
 - La constitución corporal
 - La conciencia corporal
 - Las habilidades motrices

- Eje Corporeidad y sociomotricidad
 - La construcción del juego deportivo y el deporte escolar
 - La comunicación corporal

- Eje Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente
 - La relación con el ambiente
 - La vida cotidiana en ámbitos naturales
 - Las acciones motrices en la naturaleza

Durante este año y en relación con el eje *Corporeidad y motricidad*, se incentivará a los alumnos para que seleccionen y organicen secuencias de prácticas para la mejora de su condición corporal y motriz, su intervención en prácticas deportivas y amplíen el conocimiento de los principios de entrenamiento, métodos y tareas específicas.

Con la misma intención, el tratamiento de los contenidos del eje *Corporeidad y sociomotricidad* implica la construcción de actividades gimnásticas con apoyo mutuo, mayor flexibilidad en la actuación de los juegos deportivos seleccionados por su pertinencia, y posibilidad de práctica; la utilización de competencias generales y específicas, integrándose en su equipo para concretar acciones tácticas de ataque y defensa cooperando con sus compañeros. En relación intrínseca con el siguiente eje, la participación en caminatas, ascensiones u otro tipo de actividades similares, resultan necesarias para fortalecer la colaboración, condición indispensable para el resguardo de los alumnos que integran el grupo.

El eje *Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente*, presenta propuestas de enseñanza que habilitarán a los jóvenes a hacer uso de espacios de creciente protagonismo en la organización y puesta en práctica de tareas para vivir y actuar en los medios naturales en miras a su cuidado y protección, tal como se plantea en uno de sus contenidos: "la planificación de actividades campamentiles y deportivas en función de los espacios y las características ambientales con protección de sus elementos y formas de vida".

En síntesis, las situaciones didácticas que se diseñan para este año deberán habilitar espacios para que los jóvenes asuman la iniciativa de generar propuestas vinculadas a las prácticas citadas.

En relación con lo expuesto, la presente propuesta curricular procura configurar una Educación Física con un enfoque humanista que, mediante la enseñanza de determinados contenidos específicos, contribuya al proceso de formación de los jóvenes y los adolescentes en el sentido de favorecer su disponibilidad corporal y motriz, y su formación como ciudadanos solidarios, creativos, críticos y responsables por el bien común.

Cada docente debe tomar en cuenta las diferentes potencialidades de los alumnos, así como los grupos que conforman y partir de la lectura de sus problemáticas desarrollar un abordaje didáctico contextualizado, con estrategias pedagógicas que les permitan la construcción de saberes acerca de su propia corporeidad, la relación con los otros y el mundo en el que viven.

A continuación se presenta un cuadro que comprende los núcleos de contenidos que aprenderán los estudiantes en quinto año.

MAPA CURRICULAR

Materia	Educación Física
Año	5° año
Ejes y núcleos	Eje Corporeidad y motricidad La constitución corporal La conciencia corporal Las habilidades motrices Eje Corporeidad y sociomotricidad La construcción del juego deportivo y el deporte escolar La comunicación corporal Eje Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente La relación con el ambiente La vida cotidiana en ámbitos naturales Las acciones motrices en la naturaleza

CARGA HORARIA

La materia Educación Física corresponde al 5° año de la Escuela Secundaria en todas las orientaciones del Ciclo Superior.

Su carga horaria es de 72 horas totales; si se implementa como materia anual su frecuencia será de dos horas semanales.

OBJETIVOS DE ENSEÑANZA

- Favorecer que los estudiantes comprendan la importancia de realizar actividad motriz sistemática para la constitución corporal y el mantenimiento de la salud.
- Facilitar la construcción de secuencias personales de tareas motrices, con base en los principios de salud, individualización, recuperación, intensidad y volumen.
- Propiciar en los estudiantes la comprensión e invención de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas, y puedan organizar las acciones motrices adecuadas.
- Promover la práctica de juegos deportivos y deportes basada en la comprensión del planteo estratégico, la asunción cooperativa de roles y funciones en el equipo, el empleo de sistemas defensivos y ofensivos y el ajuste de habilidades motrices específicas en la resolución de situaciones variadas.

- Favorecer el análisis crítico de la relación entre capacidad resolutive, habilidad empleada y condición corporal disponible, propiciando la práctica de tareas para la mejora.
- Propiciar la participación en la programación, organización, ejecución y evaluación de proyectos referidos a prácticas y actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural.
- Promover la asunción de actitudes reflexivas, creativas y solidarias en la realización de prácticas corporales y motrices.
- Habilitar espacios y tiempos para el análisis crítico de los valores que sustentan el deporte de competición, el recreativo-social y el escolar.
- Promover la reflexión acerca de las problemáticas del ambiente en donde se realizan las prácticas corporales y motrices.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Valorar la importancia de la actividad motriz sistemática para la constitución corporal y el mantenimiento de la salud.
- Establecer secuencias personales de actividades motrices para la constitución corporal basada en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad, especificidad, sobrecarga, considerando las normas y los métodos que posibilitan su desarrollo.
- Organizar acciones motrices a partir de la lectura de códigos de expresión y comunicación corporal y motriz en actividades deportivas, acuáticas, gimnásticas o expresivas.
- Practicar juegos deportivos y deportes con comprensión el planteo estratégico, asunción cooperativa roles y funciones en el equipo, empleo de sistemas defensivos y ofensivos y utilizando las habilidades motrices específicas para resolver las situaciones variadas del deporte.
- Ajustar las habilidades motrices específicas para la resolución de problemas del deporte, la gimnasia, las actividades acuáticas y en medios naturales, en distintos ámbitos y contextos.
- Analizar críticamente la relación entre su capacidad resolutive, la habilidad empleada y la condición corporal disponible y practicar tareas para la mejora y el disfrute de su desempeño.
- Participar en la programación, organización, ejecución y evaluación de proyectos referidos a prácticas y actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural.
- Participar en las prácticas corporales y motrices de manera creativa, reflexiva y solidaria, respetando y valorando posibilidades y limitaciones motrices propias y de los otros.
- Analizar críticamente los valores que sustentan el deporte de competición, el recreativo-social y el escolar.
- Sostener y disfrutar de prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales, asumiendo posiciones críticas frente a sus problemáticas.

CONTENIDOS

EJE CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD

Constitución corporal

- Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para el desarrollo corporal relacionado con la práctica deportiva y el mantenimiento de la condición corporal.
- Capacidades condicionales
 - La resistencia aeróbica y anaeróbica. La frecuencia cardíaca y el esfuerzo. Los métodos intervalados y continuos.
 - La fuerza. La fuerza velocidad o rápida. Sus características y posibilidades de desarrollo en la adolescencia. Riesgos.
 - La flexibilidad y sus formas específicas de tratamiento de acuerdo a la necesidad de prestación deportiva o de ajuste corporal.
 - La velocidad. Relación de la velocidad y la potencia muscular. Rapidez.
- Capacidades coordinativas
 - Las capacidades coordinativas y su ajuste específico para el desempeño motor en situaciones deportivas, gimnásticas y/o de la vida cotidiana. Relación entre la habilidad motriz específica y las capacidades coordinativas.
 - La selección de métodos y tareas motrices para el desarrollo de las diferentes capacidades motrices, con criterio de especificidad. Su utilización en proyectos personales para mejorar la propia constitución corporal.
- Los principios para el desarrollo y optimización de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos: mejora del desempeño deportivo, compensación/equilibración corporal, mejora de la capacidad motriz.
- Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga.
- Normas a tener en cuenta para el desarrollo corporal consciente:
 - la intensidad
 - el volumen
 - la frecuencia
- La entrada en calor y las tareas regenerativas luego de la actividad física intensa. Su adecuación al tipo de actividad deportiva.
- Las técnicas de respiración y relajación para la mejora del control motor en las acciones motrices y la regulación del esfuerzo.
- La realización de tareas en grupo para organizar, desarrollar y coevaluar los proyectos para el desarrollo de la constitución corporal.
- Las fuentes energéticas. La alimentación e hidratación necesaria y suficiente para favorecer la constitución corporal y el desempeño motor. Su variación de acuerdo al tipo y carga de esfuerzo.²

² Para profundizar en el trabajo pedagógico sobre el uso de la carga en las tareas motrices se recomienda la lectura de DGCyE, *Documento Curricular N° 1: La Educación Física en la Educación polimodal. El adolescente, su cuerpo, su motricidad*. La Plata, DGCyE, 2004

- La práctica conciente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención de las adicciones.

Conciencia corporal

- Reconocimiento del efecto del entrenamiento sistemático en los cambios corporales y en las prestaciones motrices específicas.
- El desarrollo en grupo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con la autoestima y la conciencia de la diversidad de capacidades e imaginarios corporales existentes.
- Las posturas y las acciones motrices, su análisis y mejora a partir de de tareas diseñadas en forma individual y/o grupal.
- La gestualidad personal.
- El fortalecimiento de la autoestima en la reorganización y aceptación de la propia imagen corporal.
- La organización y desarrollo de actividades motrices compartidas con cuidado y respeto corporal entre los géneros y atención a la diversidad de intereses y necesidades.
- Tareas de concientización corporal. La sensopercepción del propio cuerpo. Su relación con la autoidentificación y la comprensión de la propia corporeidad.
- Las técnicas de las gimnasias blandas y su utilización.

Habilidades motrices

- El desarrollo de las habilidades motrices específicas del deporte, la gimnasia, las actividades acuáticas en distintos ámbitos y contextos.
- Los métodos y tareas motrices para el aprendizaje y ajuste de las técnicas o gestos deportivos específicos, a partir de las necesidades y posibilidades individuales y los desafíos motores que presenta cada ámbito.
- Las habilidades motrices propias de los diferentes juegos deportivos y deportes, la gimnasia, la natación, la vida cotidiana y su aprendizaje con ayuda mutua.

EJE CORPOREIDAD Y SOCIOMOTRICIDAD

La construcción del juego deportivo y el deporte escolar

- Los juegos deportivos o deportes seleccionados y la construcción solidaria y compartida de sus dimensiones y formas de práctica: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.
- La adecuación de los elementos constitutivos de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos o deportes seleccionados.
- El nivel y forma de jugarlos de acuerdo a la capacidad táctica y técnica del grupo.
- La distribución acordada de roles y funciones considerando la diversidad de habilidades de los jugadores.
- Reglas de juego establecidas. Su adecuación acordada y variable para la inclusión activa de todo el grupo en el juego.
- Aportes al equipo y a la resolución de situaciones tácticas a partir de la propia habilidad motriz, el conocimiento de la estructura sociomotriz del juego y la interacción motriz.
- La autonomía en la toma de decisiones para la resolución táctica, individual y/o grupal de situaciones de juego.
- La anticipación como capacidad defensiva y de recuperación del ataque.

- La utilización dinámica del espacio para facilitar el ataque y la defensa del equipo.
- El planeamiento en equipo de las acciones tácticas y técnicas necesarias para jugar cooperativa y eficazmente en todas las facetas del juego, acordando roles y funciones.
- El reconocimiento y uso estratégico de códigos comunicacionales.
- La cooperación en la organización estratégica de esquemas tácticos de ataque y defensa.
- La utilización de juegos deportivos no convencionales con sentido recreacional, de complementación a los juegos deportivos o deportes seleccionados.
- Juegos deportivos no convencionales y su utilización para el entrenamiento lúdico de capacidades condicionales y coordinativas específicas.
- Juegos cooperativos específicos para desarrollar el pensamiento estratégico y táctico y desarrollar el sentido de equipo.
- Intervención en la planificación y organización de juegos deportivos y/o deportes en forma recreativa y/o competitiva con reconocimiento de las características de ambas formas de práctica.
- La constitución de equipos en función de la forma de práctica seleccionada. La inclusión de todos como principio permanente.
- La participación en competencias pedagógicas intraescolares e interescolares con ajuste a la forma de práctica.
- El análisis crítico de los valores que sustentan las diferentes manifestaciones del deporte: de competición y espectáculo, recreativo-social y escolar.
- Los mensajes de los medios de comunicación. Su análisis crítico.
- El consumo selectivo de espectáculos deportivos.
- El análisis comparativo del comportamiento de los actores del deporte de espectáculo con el de los actores de prácticas deportivas recreativo-sociales y escolares.
- Los valores propios de la práctica deportiva escolar en sus formas recreacional y/o competitiva. Reconocimiento de sus diferencias.
- El análisis e internalización del comportamiento ético en el deporte.

Comunicación corporal

- La elaboración y utilización efectiva de códigos gestuales, actitudes posturales y acciones motrices propias de cada situación deportiva, gimnástica o expresiva. Distinción de sus formas comunicativas.
- La interacción y comunicación corporal con los otros. Interpretación de los mensajes corporales y de las acciones motrices espontáneas o con finalidad comunicativa.
- El cuidado, la anticipación de riesgos y la colaboración para resolver situaciones problemáticas en diferentes tareas motrices.
- La improvisación, creación y composición de acciones expresivas con otros.
- Los soportes rítmicos y/o musicales.
- Los aspectos coreográficos de las acciones expresivas grupales.
- La valoración estética de las realizaciones corporales y motrices grupales.

EJE CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE

La relación con el ambiente

- Conocimiento de diferentes terrenos y sus accidentes naturales con sus posibilidades para realizar actividades campamentales y deportivas. Formas de exploración y reconocimiento con cuidado del equilibrio ecológico.

- Conciencia ecológica: relación e integración ecológica con el medio natural y el medio social de la zona.
- La experiencia sensorial en situaciones inhabituales, propias del medio natural: travesías con lluvia, caminatas nocturnas sin iluminación artificial, etcétera.
- Interacción con el medio natural y con el medio social propio de la zona.
- Estrategias para el establecimiento de vínculos adecuados con el medio social.

La vida cotidiana en ámbitos naturales

La planificación, organización, gestión y concreción de tareas preparatorias y de realización de actividades campamentales y desplazamientos en la naturaleza. Sus objetivos, contenidos y actividades. Financiamiento, gestión, traslado, aprovisionamiento y equipos.

Las tareas para vivir en la naturaleza. Organización, gestión y armado integral del campamento según el tipo de salida (campamento, excursión, etc.) y el material disponible.

- Actividades de subsistencia: la organización del menú y su presupuesto, la cocina, provisión de agua.
- La previsión, preparación y uso de herramientas y elementos específicos. Su técnica y normas de seguridad.
- La tecnología, aportes para la vida en la naturaleza. El equipo personal y grupal, determinación de su necesidad y uso.
- Previsión y preparación del equipo personal y grupal. Normas y técnicas de uso.
- Selección de pautas de seguridad personal y grupal y de preservación del medio natural según el tipo de campamento y las actividades propuestas.
- Acciones para la optimización de la convivencia cooperativa y democrática.
- Selección y aplicación de formas de participación y toma de decisiones colectiva. Distribución del trabajo y del tiempo libre.

Las acciones motrices en la naturaleza

- Selección de acciones motrices específicas para resolver situaciones de desplazamiento sobre terrenos y accidentes naturales, con utilización de equipo y en grupos.
- Preparación del terreno, del equipo y de los elementos para el desarrollo de actividades ludomotrices y deportivas.
- Selección y realización de actividades ludomotrices y deportivas en la naturaleza:
 - juegos cooperativos de exploración, descubrimiento, contacto con elementos de la naturaleza, por acuerdo grupal;
 - ecojuegos con participación democrática y simultánea de todos los integrantes del grupo;
 - juegos deportivos y deportes propios de ámbitos naturales. Análisis y selección de juegos deportivos apropiados con relación al terreno y a las finalidades recreativas del grupo.

Disfrute estético de la naturaleza

- La apreciación del paisaje, de la fauna y la flora.
- El valor del encuentro amistoso, solidario y respetuoso en la tarea compartida.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Las orientaciones didácticas de esta materia comparten criterios con la Educación Física de todo el Ciclo Superior.

El enfoque para la enseñanza, de acuerdo con esta concepción curricular, requiere que el docente tome en cuenta las representaciones que sostienen los jóvenes acerca de la Educación Física, para qué creen que les sirve, a partir de las experiencias que han tenido en relación con los juegos, el deporte, la gimnasia, las salidas al medio natural, la disposición de saberes motores y los proyectos que les interesaría desarrollar en las clases, a partir de esta situación inicial.

El docente debe procurar, entre otros aspectos, facilitar la apropiación de elementos significativos del campo cultural del hacer motor, analizándolos críticamente para recrearlos o construir nuevas alternativas, en una tarea conjunta, de modo que puedan utilizarlos en distintos ámbitos y les permita alcanzar la plena disposición de sí.

El docente propiciará que los estudiantes pongan en juego sus diferentes capacidades (cognitivas, perceptivas, lógico motrices, emocionales, relacionales, expresivas, coordinativas y condicionales), en la resolución de problemas motores para actuar con creciente autonomía sobre su propia constitución corporal.

En el intercambio activo con el docente y sus compañeros, cada estudiante evalúa su trabajo, su capacidad resolutoria, sus potencialidades y dificultades para elaborar un proyecto personalizado que le permita mejorar sus desempeños.

Con tal sentido, el docente propone una propuesta inclusora que considere las posibilidades de cada uno de los estudiantes, reconociendo su singularidad, para que todos puedan progresar en sus saberes motores.

“La vivencia de exclusión incide en el estudiante tanto en la circunstancia presente como en la futura. Un sujeto que, de su tránsito por la educación física escolar, se lleve aprendizajes entre los que predominen los asociados al “no puedo, no sirvo”, “lo que hago es ridículo, mejor lo evito”, “nunca me eligen”, habrá acumulado experiencias que lo apartan del disfrute de su propio cuerpo y su motricidad y le dejan su impronta para el resto de su vida”³.

La enseñanza propicia en los estudiantes el logro de aprendizajes motores que se producen cuando cada integrante del grupo ayuda a otros a aprender y, a su vez, aprende con los otros. En este caso, cobra especial importancia la presentación de situaciones de enseñanza recíproca, el intercambio de apreciaciones acerca del desempeño realizado, la corrección y ayuda mutua. De este modo, las clases de Educación Física podrán constituirse en verdaderos espacios de encuentro y comunicación entre los jóvenes que participan de las mismas, asumiendo el grupo un papel central en los aprendizajes de sus participantes.

³ DGCyE, *Documento 1. El adolescente, su corporeidad y motricidad*. La Plata, DGCyE, 2004.

EL ABORDAJE DE LA CLASE DESDE LA COMPLEJIDAD QUE PLANTEA LA CORPOREIDAD

La corporeidad, pensada como expresión del modo de ser propio de cada sujeto confiere a las clases de Educación Física un carácter complejo, al que contribuye, también, la multiplicidad de variables que en ellas intervienen.

El docente debe atender a estas variables entre las que se cuentan:

- las peculiaridades de la institución y el lugar que ocupa la Educación Física en ella;
- las características del espacio, la infraestructura y materiales disponibles;
- las experiencias corporales y motrices del grupo de clase, en especial las que tuvieron lugar el año anterior;
- las representaciones de los estudiantes respecto a las actividades corporales y motrices.
- las formas de intervención que se han anticipado en la planificación de la materia, teniendo en cuenta las variables señaladas y los emergentes de cada clase;
- los contenidos específicos seleccionados para su presentación a los estudiantes y la forma estratégica de hacerlo;
- las relaciones vinculares y las formas de comunicación entre el docente y los estudiantes y de estos entre sí.

Pensar una clase desde su complejidad implica analizar los sucesos que en ella acontecen abriendo el contexto de indagación en diversos sentidos para tratar de comprender con mayor profundidad cómo se implican motrizmente los estudiantes cuando aprenden. Desde esta perspectiva, atender a la complejidad que plantea la corporeidad supone, entre otras cuestiones, que el docente presente situaciones en las cuales implique a sus jóvenes desde las distintas dimensiones del hacer motor.

El profesor con sus alumnos pueden acordar la elección de un deporte determinado, analizando y evaluando críticamente las ventajas de su práctica para este grupo en particular, la forma y dimensión de la misma, para que los contenidos del segundo eje puedan desarrollarse en las clases.

A modo de ejemplo y en 5° año se analizarán:

- la adecuación de los elementos constitutivos de la estructura sociomotriz de los juegos deportivos o deportes seleccionados;
- e nivel y forma de jugarlos de acuerdo a la capacidad táctica y técnica del grupo;
- la distribución acordada de roles y las funciones considerando las distintas habilidades de los jugadores;
- el desarrollo de las capacidades corporales, motrices, emocionales, expresivas y sociales necesarias para la práctica deportiva.

El docente propone que estudien las situaciones de juego, la relación entre los elementos tácticos y técnicos, las reglas y qué modificaciones sería necesario hacer.

Finalmente, reunirá al grupo y entre todos evaluarán qué condición corporal es necesaria y qué habilidades motrices se hace necesario entrenar para mejorar el desempeño en el juego deportivo elegido.

Al analizar los logros alcanzados, el docente tomará en cuenta los aspectos socioafectivos, cognitivos y motrices puestos en juego en la actividad realizada.

LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA BASADA EN LA COMPRENSIÓN DEL HACER CORPORAL Y MOTOR

La apropiación de prácticas gimnásticas, expresivas, ludomotrices y deportivas en distintos ámbitos, supone que los alumnos puedan realizarlas e indagar, reflexionar, organizar y dar cuenta del sentido y la forma que adquieren las mismas al interior de su grupo, en su escuela y en la comunidad.

Lo anterior implica incorporar a la clase situaciones didácticas que habiliten espacios para investigar, formular hipótesis, confrontar ideas mediante el debate, construir conocimiento, comunicar los saberes y establecer acuerdos, reconociendo que siempre se tratará de respuestas provisionales.

Esta tarea pedagógica enmarcada en un enfoque de enseñanza de Educación Física basado en la comprensión, promueve consolidar la fundamentación del hacer corporal y motriz, junto a una creciente autonomía en su estudio.

Lograr este tipo de aprendizaje en Educación Física supone que los jóvenes realicen una apropiación crítica de los contenidos que se les presenta en las clases para poder operar con ellos, de modo que los saberes específicos en el marco de esta materia trasciendan la dimensión de lo procedimental y lo vivencial, así como del hacer por el hacer mismo sin importar su fundamentación o justificación.

Desde esta perspectiva, la Educación Física da respuesta a los estudiantes acerca de cómo y por qué han realizado una acción motriz determinada y comunicar el modo en que lo han logrado, además de valorar los resultados de la tarea.

Se requiere por lo tanto incentivar su curiosidad para que indaguen en los motivos de una jugada determinada, desplieguen argumentos que sustenten su accionar, realicen anticipaciones de situaciones motrices, entiendan la justificación de una tarea, o se apropien de criterios para la realización de una secuencia motriz por solo citar algunos ejemplos.

Es preciso superar el "dictado de tareas", donde los alumnos reproducen movimientos en forma acrítica y mecánica en función de la autoridad que el docente representa, o porque simplemente existen tradiciones deportivas o gimnásticas al respecto que propenden a esta reiteración.

El docente deberá brindar el tiempo necesario para que los estudiantes comprendan cómo se han desempeñado y la forma en que lo han hecho sus compañeros, cuál es la dificultad en una situación motriz determinada; asimismo promoverá que los estudiantes fortalezcan la fundamentación de su hacer corporal y motriz y asuman posiciones críticas argumentando sus puntos de vista.

En el Ciclo Superior el docente convocará la atención de los estudiantes para que perciban con mayor celeridad los elementos de una situación táctica determinada. Así podrán procesar esa información y tomar decisiones que posibiliten mayor efectividad en la respuesta mediante el uso dinámico del espacio, la aplicación de estrategias diversas y sus combinaciones, y una mayor especificación de sus habilidades socio-motrices, sumado al conocimiento de las capacidades y formas de juego de sus compañeros.

Propuesta de actividades

- Se propone favorecer la comprensión del deporte proponiendo a los estudiantes recorrer una secuencia como la siguiente.
- El docente explica brevemente el juego deportivo con reglas fundamentales y los estudiantes juegan inmediatamente.
- A medida que transcurre la acción el docente propone a los estudiantes incorporar nuevas reglas.
- Luego de unos minutos se detiene el juego y los jugadores se reúnen e intercambian acerca de los problemas que aparecen en el juego y acuerdan respecto de las habilidades y la organización táctica para resolverlos. El equipo elabora un plan para aplicar lo acordado.
- Vuelven a jugar aplicando lo acordado.
- Luego de jugar se reúnen nuevamente y analizan cómo resultaron los acuerdos, tanto en los aciertos como las dificultades que persisten. Se piensa entonces cómo avanzar en la resolución de las dificultades.

Es posible observar en este recorrido un estilo de intervención didáctica que propicia el protagonismo de los estudiantes.

Para el tratamiento del eje *Corporeidad y Motricidad* se presenta a continuación una posible situación didáctica.⁴

- ¿Qué diferencia hay entre resistencia aeróbica y anaeróbica?
- ¿De qué manera se debe entrenar cada una de ellas?
- ¿De qué manera acrecentar la resistencia aeróbica?
- ¿Qué métodos de entrenamiento de la resistencia conocen?

A continuación se presentan algunas formas de intervención didáctica referidas a la temática propuesta.

Contenidos: la resistencia aeróbica; el método continuo; la frecuencia cardíaca; intensidad, volumen, frecuencia.

- Cada uno realizará un trabajo continuo, es decir, sin detenerse durante el lapso de por lo menos, 5 minutos.
- La intensidad del trabajo será baja para poder obtener un beneficio aeróbico.
- Para que sea un trabajo aeróbico, ¿a cuántas pulsaciones se deberá realizar la tarea?
- Cada estudiante determinará su propio ritmo, teniendo en cuenta que cuando finalice el tiempo se van a controlar el pulso y el mismo debe oscilar entre 130-150 pulsaciones.
- El método que se utiliza ¿es intervalado o continuo? ¿Por qué?
- ¿Cuántas veces por semana sería necesario realizar estas tareas para mejorar el sistema cardiovascular y respiratorio? Los estudiantes pueden tomar nota en sus libretas de los contenidos desarrollados mientras el docente explica.
- Para la clase próxima investigar y responder por escrito en forma individual las siguientes preguntas.
 - ¿Con qué otro tipo de actividad motriz, además del trote, se puede ejercitar la resistencia aeróbica?

⁴ Secuencia seleccionada del documento *El adolescente, su cuerpo, su motricidad. Documento Curricular N° 1*. La Plata, DGCyE, 2004.

- ¿Qué modificaciones se producen en el organismo con un trabajo aeróbico sistemático? ¿Cuáles son los beneficios? ¿Cuáles los riesgos?
- En relación con el eje *Corporeidad y sociomotricidad* podrían enunciarse las siguientes preguntas orientadoras:
 - ¿Qué condiciones corporales son necesarias para la realización del deporte seleccionado?
 - ¿De qué manera influye la condición corporal en las técnicas que emplean?
 - ¿Qué acuerdos grupales pueden establecer en relación con la distribución de roles para asegurar que todos aprendan a jugar?
 - Comparen el deporte escolar que ustedes aprenden en la escuela con el deporte como espectáculo. Para esta comparación tomen en cuenta como mínimo tres categorías: reglas del deporte; valores implícitos; intereses a los que responden; otros.
- Las siguientes actividades podrían dar lugar al abordaje de los contenidos propuestos en el eje *Corporeidad y Motricidad* en relación con el ambiente:
 - Cuando se participa de una práctica en el ambiente – caminata, ascenso, juegos– ¿qué tipo de relación establecemos con el medio?
 - Realizar un recorrido por el lugar. Construir un mapa.
 - A partir de la información que les llega por los sentidos y de las percepciones:
 - Graficar en el mapa los olores, las texturas, los colores, los sonidos percibidos.
- Otra propuesta podría ser la siguiente.
 - Pedir a los estudiantes que lleven revistas a clase; que las miren y elijan una imagen.
 - Luego de elegida deberán preguntarse ¿qué les comunica esa imagen? Y representarla con el cuerpo.
 - Mostrarán su imagen a todo el grupo e inmediatamente formarán pequeños grupos (sin usar la palabra) a partir de encontrar elementos en común con las imágenes de sus compañeros.
 - Pondrán estas imágenes en movimiento y construirán una producción expresiva.
 - Después de las presentaciones de cada grupo el docente pedirá que describan el proceso de construcción realizado.
 - Luego pedirá a los estudiantes que a partir de gestos, posturas, acciones motrices que les son propias, construyan su producción expresiva. Al finalizar esta actividad solicitará que los estudiantes describan ambos procesos: ¿Qué aprendieron en cada uno? ¿En qué se parecen? ¿En qué se diferencian?

El docente puede formular preguntas a los alumnos acerca de *cómo leen* distintas formas de comunicación corporal, situaciones de juego, acciones gimnásticas y expresivas. El docente debe ayudar a sus alumnos a interpretar los variados "textos corporales" que se presentan en las clases de Educación Física para identificar los modos específicos de comunicarse y estudiar en el campo.

Lectura, comunicación y estudio en Educación Física

Leer y dar cuenta de lo leído en la clase de Educación Física supone considerar la especificidad de las prácticas corporales y motoras que en esta materia se enseñan y se aprenden. Las posturas, acciones motoras, enlaces, situaciones motrices y manifestaciones corporales tienen formas de ser leídas, escritas y contadas que remiten a una lectura semiótica de los objetos y del cuerpo.

Es necesario proponer que en las prácticas motrices los estudiantes den explicaciones de lo que perciben, ven o entienden para poder comunicar esas sensaciones, percepciones, interpretaciones y conceptualizaciones de manera oral o escrita.

Las observaciones que los estudiantes realicen de las situaciones corporales o motrices de los otros y de los objetos intervinientes en determinado tiempo y espacio, como de las prácticas individuales o grupales, pueden ser explicitadas de forma oral (narrando secuencias expresivas, jugadas, argumentado posiciones tácticas más favorables o debatiendo reglas con los compañeros, etc.) y de forma escrita (representando movimientos, desplazamientos o trayectorias de pelotas, entre otras). Estos modos particulares de expresarse deben ser aprendidos en el contexto de la materia, por lo cual resulta importante que los docentes generen instancias de lectura de "textos motores" o de "textos corporales" relacionados con los contenidos que fueron seleccionados para la clase.

Otra lectura que debe fortalecerse en la clase, es la que refiere a los textos escritos. Para ello es necesario que se presenten artículos, libros, textos académicos, informativos, argumentativos, explicativos, narrativos, descriptivos, normativos con diferentes propósitos:

- leer un reglamento deportivo, modificar algunas reglas y construir nuevas para que todos puedan participar del juego;
- diseñar representaciones gráficas -mapas, croquis, esquemas, mapas conceptuales, ilustraciones;
- establecer un itinerario de baja dificultad de caminata y ascenso del propio grupo en un mapa topográfico;
- realizar entrevistas a profesionales de la cultura de lo corporal y el deporte, para que escuchen, reflexionen sobre sus experiencias y amplíen su perspectiva en el campo; entre otras posibilidades.

Se pretende que la diversidad de textos ayude a interpretar y a aprender la terminología específica, a buscar información, a dar explicaciones fundamentadas, a resolver problemas planteados, a generar hipótesis de trabajo o a graficar diferentes situaciones motrices, entre otras tareas. Esta lectura en la clase de Educación Física que permite a los estudiantes apropiarse del vocabulario técnico de la disciplina y reconocer la lógica de sus textos, debe ser aprendida consultando material de lectura para confrontar distintos autores y ejercitar el debate grupal.

La particularidad del campo requiere entonces distinguir entre dos formas de lectura que los estudiantes deben aprender: una que "lee" el lenguaje corporal y motor y otra que lee textos del área para reflexionar, arribar a nuevas conclusiones y volver sobre lo hecho. Es un trayecto

de ida y vuelta de la acción a la conceptualización, que permitirá a los estudiantes dar cuenta, en forma oral o escrita, de lo aprendido.

Habría que considerar, además, que un mismo texto puede ser leído con diferentes propósitos, y que la lectura en cada caso cobrará un carácter diferente. No es lo mismo leer un texto para buscar un dato preciso, que para encontrar argumentos para un debate, leer para comprender un concepto o leer para dar cuenta de una acción motriz o para construir una regla de juego. Al cambiar el propósito de la lectura, también cambia la actitud del lector frente al texto. Por ejemplo, en Educación Física es probable que los estudiantes tengan que buscar algunos datos en un texto informativo, siendo su propósito dar explicación de actividades que se realizan en la clase y que se relacionan con un tema específico. Dicho texto no se analiza como un elemento de información en sí mismo sino que cobra significación en tanto proporciona un dato que tiene sentido para elaborar un ensayo, resolver un problema táctico o diagramar una jugada.

La escritura, por su parte, permite expresar la lectura que los jóvenes hacen de la práctica corporal, al convertir los gestos y las acciones motoras en objetos de análisis, que se pueden comunicar a otros y tomar como insumo para la elaboración de proyectos, entre otras cosas.

Es por esto que la escritura en Educación Física tiene diferentes objetivos de comunicación:

- describir una producción gimnástica, expresiva o deportiva;
- realizar informes de observación de un partido;
- graficar resultados de un encuentro deportivo;
- narrar sucesos del campamento;
- elaborar el proyecto personalizado para el desarrollo de la constitución corporal;
- plantear un punto de vista propio y sostenerlo con fundamentos, entre otras alternativas.

En cada caso, la escritura de esos textos tiene como finalidad construir conocimiento. Por lo tanto, el docente, debe presentar distintos materiales de lectura que permitan a los estudiantes elaborar conceptualizaciones escritas referidas a las prácticas corporales y motrices.

Aprender a estudiar en Educación Física, plantea la necesidad de abordar tanto la lectura como la escritura desde el propio campo, comprendiendo la lógica interna de la disciplina, sus diferentes formas de lectura, sus características discursivas y sus modos de construir conocimientos.

Durante los tres primeros años de la Educación Secundaria los estudiantes han realizado técnicas de estudio generales que les permitieron apropiarse de estrategias diversas para estudiar. En este ciclo se espera que puedan poner en juego esas estrategias generales en el contexto específico, en este caso el de la Educación Física, de modo tal que puedan profundizar sus saberes, abordar el conocimiento del área y lograr la autonomía en el estudio.

En las situaciones de lectura y escritura los estudiantes tendrán oportunidad de:

- leer acciones motrices diversas y explicitarlas en forma oral o escrita, atendiendo al sentido que tienen en los contextos en que se producen;
- apropiarse del propósito de la lectura y aprender a actuar frente a un texto de manera competente y diferenciada;

- leer y consultar diversas fuentes de información y cotejar distintos textos, comparando sus definiciones, enunciados, explicaciones alternativas, emitiendo su juicio de valor, asumiendo un posicionamiento crítico;
- producir textos, individual o grupalmente relacionados con temas de la Educación Física, con diferentes propósitos comunicativos (justificar, argumentar, explicar, describir).

Para finalizar este apartado, debe señalarse que la esencia de esta materia radica en las prácticas corporales y motrices realizadas efectivamente en las clases, acompañadas de las reflexiones necesarias para su comprensión y conceptualización. En este sentido, las prácticas de lectura y escritura explicitadas anteriormente, deben ser propuestas en íntima relación con las situaciones de clase y como tareas no presenciales.

LA GRUPALIDAD Y LA FORMACIÓN POLÍTICA

Cuando se realizan prácticas gimnásticas, expresivas, ludomotrices y deportivas, la interacción entre los participantes del grupo, lejos de ser una variable externa a sus procesos, resulta estructurante de los aprendizajes. Es por ello que *la interacción* misma debe considerarse como objeto de análisis y de conocimiento. Resulta necesario intervenir en la grupalidad, lo que implica incidir en la posibilidad que tiene un conjunto de alumnos de conformarse como grupo de clase, con fuerte cohesión e integración entre sus miembros y adhesión a metas comunes. El docente debe destinar el tiempo necesario y presentar situaciones didácticas que fomenten la constitución del grupo. En relación con esta mención merece especial atención el empleo de dos estrategias didácticas imprescindibles en la constitución del grupo:

- a) presentación de situaciones de enseñanza recíproca;
- b) presentación de situaciones para la reflexión.

Es esperable proponer a los jóvenes la reflexión acerca de cómo participan cuando realizan sus prácticas corporales y motrices, el sentido formativo y político de estas prácticas, las problemáticas ambientales en las que estas prácticas se producen, habilitando espacios para la asunción de posiciones críticas y fortaleciendo sus posibilidades de argumentación.

Las clases favorecen experiencias de convivencia democrática y propician la formación política cuando son concebidas como espacios de encuentro para aprender, donde los alumnos constituyen grupos, desempeñan diversos roles, se organizan en forma participativa, asumen compromisos, toman decisiones, las argumentan y alcanzan una conciencia crítica acerca de la cultura corporal y motriz. Para que esto ocurra, el planteo pedagógico del docente y de la institución es decisivo. Es imprescindible confiar en los jóvenes, delegar responsabilidades, habilitar espacios genuinos de reflexión para resolver conflictos o momentos críticos en las relaciones, evitando la represión de los mismos como respuesta disciplinadora y ordenadora.

LOS DEPORTES Y LOS JUEGOS DEPORTIVOS

Para la enseñanza de los deportes y los juegos deportivos es necesario que los profesores tengan en cuenta los siguientes aspectos.

- Sustener el enfoque didáctico para la enseñanza del juego deportivo y el deporte. Para esto se deben contemplar tres perspectivas integradas:
 - el juego por el juego mismo como actividad recreativa y placentera;
 - el juego como medio de desarrollo del pensamiento estratégico y táctico, de las capacidades lógico-motrices, de la resolución de problemas y como formador para la toma de decisiones;
 - el juego como medio de socialización por el que se despliegan las capacidades sociales y relacionales que permiten la construcción de normas y reglas, el desarrollo de la solidaridad, la cooperación, el respeto, la ejercitación de su responsabilidad y el fortalecimiento de vínculos con los demás.
- Proponer a los estudiantes la construcción de juegos y deportes a ser jugados por la totalidad del grupo para que desarrollen prácticas inclusivas. La propuesta de tareas grupales que permitan la construcción de proyectos compartidos tiene posibilidades de concreción en este espacio, en el cual los jóvenes pueden alcanzar mayor conocimiento de sí mismos y de los grupos que integran desde una posición crítica y constructiva. Se requiere habilitar un espacio para que en forma compartida se definan los juegos deportivos y deportes a practicar durante el Ciclo Superior para que exista una apropiación de los contenidos prescriptos.
- Adherir a una concepción de enseñanza de deportes y juegos deportivos en la que los requerimientos tácticos den sentido a la enseñanza de las competencias motrices específicas para ajustarlas de manera progresiva, con el fin de constituirse en herramientas que permitan resolver los problemas que los juegos presentan.
- Si la preocupación del docente en tercer año estaba puesta en la mejora de los desempeños según los distintos aspectos de la estructura del juego, en el Ciclo Superior se espera que el docente procure la apropiación del deporte como práctica recreacional permanente.
- Fomentar instancias de inclusión masiva en los juegos deportivos y deportes, en proyectos de desarrollo corporal y motriz que provoquen la participación protagónica de los alumnos, fortalezcan lo grupal y posibiliten mejores aprendizajes.
- Formar grupos para que los alumnos participen en el deporte escolar, y donde cada estudiante participe en el diseño del planteo estratégico y lo asuma en la instancia de juego, sugiera variantes ante las situaciones imprevistas, y reflexione colectivamente acerca de los resultados.
- Propiciar situaciones didácticas en las que se analice con los alumnos los sentidos y valores que subyacen al deporte espectáculo y profesional respecto al deporte practicado con sentido recreacional, e incluido como actividad relevante para el bienestar personal y la salud.

LA CONSTITUCIÓN CORPORAL Y MOTRIZ

En el tránsito por el Ciclo Superior los jóvenes se encuentran cercanos a concluir su proceso de crecimiento, consolidan su estructura corporal y orgánica, y afianzan su desempeño motriz.

Por lo anterior, se hace necesario considerar las peculiaridades de cada joven e implicarlo pro- tagónicamente en el proceso de avance y consolidación de su hacer, como así también en la elaboración de proyectos personales para la mejora de su condición corporal.

Se propone dejar atrás el abordaje didáctico tradicional de conducción de actividades por parte de un docente que guía todos los ejercicios, señala la cantidad de repeticiones y evalúa los ren- dimientos orgánicos en forma cuantitativa, con referencia a tablas preestablecidas y genéricas. Se pretende avanzar en una forma de intervención didáctica que proponga a los estudiantes experimentar las tareas y buscar sus propios rangos de exigencia fundamentándose en el co- nocimiento teórico que le aporta el docente, y del cual se apropia mediante el ejercicio de la reflexión y de la práctica.

Las tareas y las acciones motrices pueden ser sencillas, como son de hecho –desde el punto de vista técnico–, las necesarias para el desarrollo de las capacidades condicionales, adaptadas a las condiciones generales de escasa infraestructura y materiales de sobrecarga en que se desa- rrollan las clases de Educación Física, pero necesariamente explicadas y fundamentadas en los principios y normas de entrenamiento, que deben ser motivo de estudio y utilización.

LA CONCIENCIA CORPORAL

Los contenidos referidos a la conciencia corporal pueden ser planteados para su abordaje tanto en formas específicas como en conjunción con otros contenidos. La enseñanza de contenidos tales como la percepción y /o registro de sus habilidades motrices, la aceptación de posibilida- des y dificultades motrices, el cuidado del propio cuerpo, la reflexión acerca de la imagen corporal y el respeto entre los géneros en las actividades motrices compartidas, debe ser anti- cipada realizando las provisiones didácticas necesarias.

Atraer la atención de los estudiantes respecto de las sensaciones que experimentan durante la ejecución de una acción motriz específica, ayudarlos a percibir el desarrollo de sus capacidades condicionales, la amplitud de su movilidad articular, la trayectoria del cuerpo o de alguno de sus segmentos en el espacio, la relación del ritmo respiratorio con la regulación del esfuerzo, el cuidado propio y de los otros en acciones deportivas, son algunos ejemplos de intervención pedagógica que inciden en la asunción de posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo, la autoconciencia y estima de sí.

En otro plano, cercano al alumno al egreso del sistema educativo, esta toma de conciencia de la propia corporeidad y de la necesidad de cuidar, desarrollar y mantener el estado de capacidad y bienestar cor- poral, debe ser procurada por el docente, a través del diálogo, la reflexión constante sobre los valores de las distintas actividades y tareas, para generar en sus alumnos el hábito de la actividad corporal, luchando contra el alto grado de sedentarismo que aqueja a todos los estratos sociales

LOS APRENDIZAJES MOTORES EN EL AMBIENTE

Las propuestas de enseñanza deben propiciar que los jóvenes participen en la elaboración de proyectos que comprendan actividades corporales y motrices, además de las actividades nece- sarias en el medio natural para afianzar su relación con el mismo.

Es necesario que las intervenciones didácticas procuren que los estudiantes reconozcan las problemáticas ambientales, asuman posiciones críticas ante las acciones destructivas y propongan alternativas sustentables en la relación y utilización de los elementos naturales.

El planeamiento y concreción compartida de actividades campamentales, con una distribución equitativa y acordada de roles y funciones en un marco de respeto y protección del ambiente, en un espacio creado para mejorar la convivencia, colaboran en la gestación de una ciudadanía democrática, crítica y responsable del bien común.

En el Ciclo Superior ha de propiciarse un protagonismo creciente en la programación, gestión, implementación y evaluación de las experiencias de aprendizajes en el medio natural.

LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LA PLANIFICACIÓN DE LA ENSEÑANZA

Planificar las clases de Educación Física desde el enfoque adoptado en el presente Diseño Curricular implica:

- utilizar la materia como herramienta para anticipar posibles intervenciones;
- establecer acuerdos con los colegas a nivel de la institución y/o del distrito para realizar por ejemplo muestras gimnásticas, carreras masivas, encuentros deportivos, campamentos, entre otros;
- organizar la materia mediante la selección de alguna de las modalidades: unidades didácticas, unidades temáticas y/o proyectos que, en todos los casos, deben estar al servicio de la enseñanza de los contenidos curriculares y del logro del conjunto de objetivos previstos en el diseño curricular para cada año de este Ciclo;
- procurar la unidad de sentido en las propuestas de enseñanza sosteniendo la coherencia interna de los diferentes componentes: objetivos, ejes y contenidos, estrategias de enseñanza, consignas de actividades, evaluación –de los aprendizajes motores y de la enseñanza– y recursos, entre otros;
- superar prácticas donde los contenidos se enseñan de manera acumulativa, rutinaria o errática;
- incluir entre las modalidades seleccionadas proyectos didácticos que culminen con un producto final como por ejemplo un encuentro deportivo o de propuestas motrices expresivas, un campamento, un proyecto de intervención comunitaria, entre diferentes posibilidades. Se trata de promover que los estudiantes se impliquen en la gestión de los mismos, asumiendo roles protagónicos. Otra alternativa de proyecto que complementa las anteriores es la producción de documentos escritos vinculados a sus prácticas motrices.

A modo de ejemplo y para la construcción de un proyecto, se puede hacer mención a la realización de un campamento, lo cual implica trabajar tanto en su desarrollo como en la etapa de preparación.

Una unidad didáctica puede estar referida a la enseñanza de la estrategia como aspecto complejo de la práctica deportiva.

Si se propone una unidad temática que aborde *Educación Física y formación política*, las actividades que genere el docente deben incluir con especial relevancia prácticas democráticas y propiciar la reflexión sobre las mismas, en cualquiera de los proyectos o unidades didácticas con que esta unidad temática se concrete.

Para el diseño de la planificación anual se seleccionará más de una modalidad; por ejemplo, pueden elegirse dos unidades didácticas y tres proyectos a desarrollar durante el año. Para toda planificación se deben considerar los componentes que se presentan a continuación.

Objetivos de aprendizaje

Se trata de las descripciones acerca de los logros que se espera de los alumnos al finalizar el año, y constituyen para el docente un referente que orienta su tarea pedagógica al permitirle ayudar a los alumnos a lograr las mejores aproximaciones a los aprendizajes que en estas expectativas se proponen.

Cuando se enuncian los objetivos de aprendizaje deben considerarse las condiciones de partida en las que se encuentran los estudiantes al iniciar el proceso de aprendizaje.

Al transitar este proceso pueden ocurrir sucesos no previstos al inicio, tales como la emergencia de dificultades, el alcance de logros en tiempos menores, entre otros sucesos, lo cual exige al docente *redefinir los objetivos de aprendizaje* que se habían formulado al comienzo.

Si se considera necesario, los objetivos pueden desagregarse para ser incluidos en el diseño de propuestas pedagógicas de menor duración. Resulta imprescindible que al definirlos se tomen en cuenta las necesidades e intereses de los alumnos, y se realicen las *adecuaciones pertinentes* en función del tipo de propuesta que se ha planificado.

Por ejemplo, en un proyecto de intervención comunitaria en el distrito escolar, a partir del objetivo de aprendizaje "participar en la programación, organización, ejecución y evaluación de proyectos referidos a actividades ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas y de relación con el medio natural", el docente propone "que los alumnos participen en la programación, organización, ejecución y evaluación de un proyecto de actividades ludomotrices para los niños del comedor escolar X del barrio."

Cada propuesta, así se trate de proyectos, unidades didácticas y/o unidades temáticas, incluirá entre sus componentes, objetivos desagregados de aquellos que fueron enunciados en el presente Diseño Curricular. Las propuestas de enseñanza deben contener ejes y contenidos, estrategias de enseñanza, actividades y consignas de evaluación de inicio, formativa y final.

Los ejes y núcleos de contenidos

La planificación anual del profesor debe comprender los tres ejes, los núcleos, y el conjunto de contenidos previstos para el año con las *adecuaciones* que las características del grupo, de las instituciones y del contexto requieran.

Cada eje permite focalizar la intencionalidad de la enseñanza y resulta necesario considerarlos íntegramente en las propuestas pedagógicas.

Las estrategias de enseñanza

Se concibe como estrategia de enseñanza al conjunto de las formas de intervención que emplea el docente para propiciar el logro de saberes corporales, motrices y ludomotrices en ambientes diversos y establecidos en los objetivos. Estas estrategias hacen referencia a las consignas, las actividades de aprendizaje que propone, el modo en que se comunica con los alumnos, los lenguajes que utiliza, la disposición del ambiente, el movimiento del cuerpo en el espacio, el acondicionamiento del medio, los recursos materiales entre otros aspectos.

Al seleccionar estrategias de enseñanza será conveniente:

- considerar la participación e inclusión de todos los estudiantes según sus posibilidades e intereses en las diferentes actividades corporales, ludomotrices, deportivas, expresivas y en relación con los diversos ambientes con que se vinculen;
- planificar diferentes consignas para que todos los alumnos estén incluidos en la propuesta de enseñanza;
- diseñar tareas de aprendizaje que promuevan la solidaridad, la cooperación, el esfuerzo compartido para el logro de un objetivo común, y la concepción del ganar o perder como una circunstancia entre otras posibles;
- llevar adelante una gestión participativa de la clase, que incluya a los jóvenes en la elaboración de las propuestas, propiciando la construcción de sistemas de representatividad en la toma de decisiones. Se espera que los estudiantes accedan a la información que brinda sustento a su hacer corporal y motor, tengan espacio para aportar su opinión y participen de la toma de decisión en aquellos asuntos que afectan sus procesos de aprendizaje;
- incluir una variedad de estrategias de enseñanza entre las que se presente un problema a resolver, una situación a explorar, una tarea de enseñanza recíproca, tareas definidas, espacios para la reflexión y la creatividad, y su realización en diversos ambientes donde el estudiante encuentre la posibilidad de continuar la mejora de la disponibilidad corporal y motriz;
- propiciar situaciones en las que los jóvenes actúen con protagonismo en la programación, organización y desarrollo de actividades gimnásticas, lúdico-deportivas, de intervención comunitaria y expresivas en diferentes ambientes;
- acordar propuestas que surjan de la confluencia de materias diferentes para el tratamiento articulado de temáticas como sexualidad, prevención de adicciones, alimentación, higiene y violencia entre otros;
- diseñar situaciones de enseñanza que atiendan a *la hipótesis de la variabilidad de la práctica*; la misma sostiene que la construcción de las habilidades motrices resulta *más eficiente si la práctica de la habilidad es variable* y no constante. La práctica variable implica que en la ejecución de una habilidad se modifican las diferentes dimensiones y parámetros: distancia, peso y textura del móvil, tamaño del blanco, entre otras.

ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN

En las orientaciones para la evaluación, esta materia comparte criterios con la Educación Física presente en todo el Ciclo Superior.

La evaluación en Educación Física debe partir de considerar el conjunto de los conceptos expresados en los diferentes apartados del presente diseño, evidenciar coherencia con los enfoques disciplinar y didáctico explicitados, y vincularse con los objetivos de aprendizaje.

Si se propone hacer un abordaje de la clase atendiendo a su complejidad, la evaluación debe relevar información acerca de los diferentes aspectos puestos en juego en una situación motriz y entre los que se mencionan: los modos que tienen los estudiantes de vincularse en las actividades gimnásticas, expresivas, deportivas y en el ambiente natural, las estrategias cognitivas y las habilidades motrices que ponen en juego. Sin embargo, la evaluación de los aprendizajes motores no finaliza en la búsqueda de información, sino que se trata de una tarea compleja, continua y sistemática, integrada y coherente con el proceso de enseñanza que permite obtener información válida y confiable acerca del desempeño motor de los estudiantes, a partir de la cual emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas.

Se debe evitar reducir la evaluación a la calificación que se efectúa al concluir el trimestre.

Una enseñanza de la Educación Física que busque propiciar la autonomía, el pensamiento creativo, crítico y reflexivo en los estudiantes debe incluir prácticas que, en conjunto con otras formas de evaluación, den lugar a la participación activa de los alumnos en acciones de *autoevaluación* y *coevaluación*. Esto no exime al docente de ser el principal responsable de la evaluación de los estudiantes.

La evaluación adquiere diferentes funciones según el momento en que se realice. Al inicio del año o de una secuencia didáctica determinada, su función será diagnosticar los aprendizajes disponibles como punto de partida para el diseño de la secuencia motriz a desarrollar.

Se recomienda reconocer junto con los estudiantes, sus condiciones motrices de partida y proyectar logros posibles en función de los objetivos de aprendizaje.

Durante el transcurso del ciclo lectivo se realizará una evaluación para recopilar datos acerca del desempeño referido a las prácticas corporales y motrices de los estudiantes, analizar el proceso realizado en forma conjunta con ellos, verificar resultados y socializarlos para obtener información que permita:

- compartir con los estudiantes apreciaciones acerca de sus avances, procesos y resultados obtenidos con la intención de involucrarlos con mayor compromiso en el aprendizaje;
- ajustar las estrategias de enseñanza o proponer otras en relación con los avances y/o dificultades en el aprendizaje de los estudiantes con el objetivo de mejorar la propuesta didáctica.

La evaluación surge de contrastar los aprendizajes motores alcanzados al término de una etapa con los objetivos de aprendizaje previstos, teniendo en cuenta las diversas condiciones motri-

ces que los estudiantes disponían al inicio, las particularidades del transcurso de la materia y el contexto. Las conclusiones de la evaluación sirven como aporte para la toma de decisiones de acreditación y promoción. Debe recordarse que al hablar de evaluación en Educación Física se hace referencia tanto a los aspectos técnico-motrices observables como a los procesos realizados para aprender, a las actitudes emocionales y éticas que constituyen el entramado fundamental de las acciones motrices, a la resolución práctica y efectiva, de las situaciones problemáticas propuestas por el docente o definidas por sus pares, a la interacción con los compañeros para aprender.

Se excluye de este Diseño Curricular un enfoque reduccionista desde el que se evalúa la calidad de los gestos motores de manera descontextualizada y considerando como referencia un modelo externo de comparación técnica.

En síntesis, el docente debe considerar en la actuación motriz de cada estudiante su desempeño global, que significa tomar en cuenta la tarea realizada, cómo piensa y siente el estudiante esa actuación, qué opina acerca de su desempeño, cómo se vincula con otros en la tarea realizada, y qué significado tiene ese aprendizaje para su vida.

Esta información debe cotejarse con los *objetivos de aprendizaje* previstos y las *condiciones de inicio del estudiante*. Cabe señalar la importancia de tomar en cuenta tanto el proceso como los resultados del aprendizaje y las diferentes dimensiones implicadas en los mismos.

Se hace necesario superar además el reduccionismo frecuente según el cual la evaluación en la materia Educación Física se limita a la medición del rendimiento motor, en particular utilizando tests estandarizados que miden capacidades condicionales y ejecuciones de modelos técnicos-deportivos.

Las evaluaciones acerca del desarrollo de las capacidades condicionales (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) de tipo cuantitativo, no deben ser utilizadas como información determinante para la acreditación, calificación y promoción de los alumnos, sino que serán empleadas como datos que les permitan reconocer y mejorar su propia constitución y condición corporal. La evaluación de dichas capacidades se orientará a relevar los saberes acerca de los procedimientos y técnicas necesarias para ejecutar y/o mejorar esas capacidades, al mismo tiempo que recuperar el aprendizaje sensible realizado durante su realización, las sensaciones orgánicas y emocionales ante esfuerzos exigentes que involucran valores como la persistencia, la superación de la comodidad, el amor propio para sobreponerse a situaciones críticas, la búsqueda de la superación personal y/o grupal, entre otros que se consideran claves para sostener la valoración del esfuerzo y la construcción de una ciudadanía activa y proyectiva.

Algunos procedimientos para evaluar en Educación Física son la observación y la indagación. La observación puede ser, entre otras, *espontánea* o *sistemática*. Para que la observación sea sistemática debe ser intencionada, planificada y acompañada por un instrumento de registro confeccionado por el docente de acuerdo a la situación de evaluación seleccionada. La observación debe complementarse con la técnica de interrogación o indagación que puede llevarse a cabo mediante pruebas de ejecución, cuestionarios u otros instrumentos.

En la construcción del instrumento se deberán contemplar los aspectos a evaluar y los indicadores que se desprenden de los mismos. En el momento de observar y evaluar sistemáticamente, el docente tendrá en cuenta los criterios acordados, los indicadores y los instrumentos previamente diseñados y comunicados.

BIBLIOGRAFÍA

- Blázquez Sánchez, Domingo, *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Zaragoza, INDE, 1996.
- Bracht, Valter, *Educación Física y aprendizaje social*. Córdoba, Vélez Sarsfield, 1996.
- Brailovsky, Antonio y Folguelman, Dina, *Memoria verde en la Argentina*. Buenos Aires, Sudamericana, 1998.
- Contreras Jordán, Onofre, *Didáctica de la Educación Física, un enfoque constructivista*. Zaragoza, INDE, 1998.
- Devís Devís, José, *Educación Física, deporte y currículum*. España, Visor, 1996.
- — —, *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Barcelona. INDE, 1992.
- DGCyE, *Diseño Curricular para 3º año de ES*. La Plata, DGCyE, 2008.
- — —, *La planificación, una hipótesis para la enseñanza de la Educación Física*. DGCyE, La Plata, 2008.
- — —, *La comprensión en las clases de Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2008.
- — —, *La organización participativa*. DGCyE, La Plata, 2005.
- — —, *Hacia una mejor Educación Física en la escuela*. La Plata, DGCyE, 2004.
- — —, *La Educación Física en el nivel Polimodal. Documento Curricular N° 1: el adolescente, su cuerpo, su motricidad*. DGCyE, La Plata, 2004.
- — —, *La enseñanza de los juegos y deportes en el CEF*. La Plata, DGCyE, 2004.
- — —, *Los aprendizajes motores en el medio natural*. DGCyE, La Plata, 2004.
- — —, *Transformar la escuela con los adolescentes*. DGCyE, La Plata, 2004.
- — —, *Documento 1. El adolescente, su corporeidad y motricidad*. La Plata, DEF, DGCyE, 2004.
- — —, *Aportes para la construcción curricular del área Educación Física, tomos I y II*. La Plata, DGCyE, 2003.
- — —, *Evaluación en Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2002.
- Díaz Lucea, Jordi, *La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas*. Zaragoza, INDE, 1999.
- Díaz, Liliana, *El cuerpo en la escuela*. Buenos Aires, Tiempos Editoriales, 1997.
- Fouchet, Alan, *Las artes del circo*. Buenos Aires, Stadium, 2006.
- Gerbauix, Michel, *Actitud y entrenamiento aeróbico en la infancia y la adolescencia*. Barcelona, INDE, 2004.
- Gómez, Jorge, *La Educación Física en el patio*. Buenos Aires, Stadium, 2002.
- Gómez, Mora, José, *Bases del acondicionamiento físico*. Barcelona, INDE, 2007.
- Gómez, Raúl, *La enseñanza de la Educación Física en el nivel inicial y en el primer ciclo de la Educación General Básica*. Buenos Aires, Stadium, 2002.
- Grosser, Manfred y otros, *Principios del entrenamiento deportivo*. Barcelona, Martínez Rocca, 1988.
- Hernández Moreno, José, *La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica*. Barcelona, INDE, 2000.
- — —, *Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona, INDE, 1998.
- Invernó i Curós, Josep, *Circo y Educación Física*. Barcelona, INDE, 2003.
- Orlick, Terry, *Libres para cooperar, libres para crear. Nuevos juegos y deportes cooperativos*. Barcelona, Paidotribo, 1990.
- Parlebas, Pierre, *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Barcelona, Paidotribo, 2001.
- Reboratti, Carlos, *Ambiente y sociedad, conceptos y relaciones*. Buenos Aires, Planeta, 1999.
- Rey Cao, Ana y Trigo Aza, Eugenia, *Motricidad... ¿quién eres?* La Coruña, Universidad de la Coruña, 2001.
- Rodríguez López, Juan, *Deporte y ciencia*. España, INDE, 1995.
- Ruiz Pérez, Luis, *Deporte y Aprendizaje*. España, Visor, 1994.
- Santín, Silvino, *Educación Física, ética, estética y salud*. Brasil, Edición Especial Porto Alegre, 1995.
- Santoyo, Rafael, "Algunas reflexiones sobre grupos de aprendizaje" en *Perfiles Educativos*, n° 11. México, CISE-UNAM, 1981.
- Sergio, Manuel, *¿Qué es el progreso deportivo?* Lisboa, Instituto Piaget, 2001.

- — —, *Motricidad Humana*. Lisboa, Instituto Piaget, 1994.
- Soares, Carmen, "Historia de lo diverso y lo homogéneo", en *Conferencia Jornadas Cuerpo y Cultura: prácticas corporales y diversidad*, Coordinación de Deportes. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, mimeo, 2005.
- Souto, Marta, *Hacia una didáctica de lo grupal*. Buenos Aires, Miño y Dávila Editores, 1993.
- Trigo Aza, Eugenia y otros, *Creatividad y motricidad*. Barcelona, INDE, 1999.
- Vázquez, Benilde, *La Educación Física en la Educación Básica*. Madrid, Gymnos, 1989.
- Vigarello, George, *Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico*. Buenos Aires, Nueva Visión, 2005.
- Zenobi, Viviana. *Nuevas perspectivas en Educación Ambiental, otros discursos, otras prácticas*. Buenos Aires, Novedades Educativas, 2006.

PROVINCIA DE BUENOS AIRES

GOBERNADOR

Dn. Daniel Scioli

DIRECTOR GENERAL DE CULTURA Y EDUCACIÓN

PRESIDENTE DEL CONSEJO GENERAL DE CULTURA Y EDUCACIÓN

Prof. Mario Oporto

VICEPRESIDENTE 1° DEL CONSEJO GENERAL DE CULTURA Y EDUCACIÓN

Prof. Daniel Lauría

SUBSECRETARIO DE EDUCACIÓN

Lic. Daniel Belinche

DIRECTOR PROVINCIAL DE GESTIÓN EDUCATIVA

Prof. Jorge Ameal

DIRECTOR PROVINCIAL DE EDUCACIÓN DE GESTIÓN PRIVADA

Dr. Néstor Ribet

DIRECTORA PROVINCIAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Mg. Claudia Bracchi

DIRECTOR DE PRODUCCIÓN DE CONTENIDOS

Lic. Alejandro Mc Coubrey



Dirección General de
Cultura y Educación

Buenos Aires
LA PROVINCIA