

## ORIENTACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA

### EDUCACIÓN FÍSICA Y CORPOREIDAD

#### 4° Año

#### **Educación Física y Corporeidad y su enseñanza en el Ciclo Superior de la Escuela Secundaria**

Esta materia aborda la problemática de la Educación Física y su impacto en el desarrollo de la corporeidad de los estudiantes. Les ofrece un espacio de fundamentación de la orientación en su conjunto y profundiza en las cuestiones relacionadas con su constitución corporal y motriz, propias del eje “Corporeidad y motricidad”.

Dado que a lo largo del ciclo superior los estudiantes avanzan en la comprensión de este campo de conocimiento – la Educación Física- y afianzan la fundamentación y el desarrollo de su hacer corporal y motor, se ha decidido incluir **tres núcleos temáticos**. Los dos primeros posibilitan a los estudiantes avanzar en la comprensión de la Educación Física que se sustenta la orientación. Estos núcleos se denominan:

1. Introducción a la Educación Física
2. La corporeidad humana.

El núcleo temático “Introducción a la Educación Física” presenta las características de la Educación Física y la estructura de la orientación. Se relaciona con el núcleo “La corporeidad humana”, con el objetivo que los estudiantes comprendan los distintos imaginarios sobre el cuerpo que se constituyeron a lo largo del tiempo, para entender las características de los imaginarios actuales y vincularlos con las distintas prácticas corporales y motrices vigentes, desde una perspectiva crítica y enriquecedora.

El tercer núcleo temático se denomina:

3. Los ejes y sus contenidos.

En este tercer núcleo temático se hace referencia a los ejes: Corporeidad y motricidad, Corporeidad y sociomotricidad y Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente, y el desarrollo de los mismos a través de las prácticas corporales y motrices correspondientes, en continuidad con las realizadas en el ciclo básico. Se pone énfasis en el tratamiento del primer eje, en particular lo referente a la constitución y conciencia corporal.

En las materias “Educación Física y cultura” y “Educación Física y comunidad”, en 5º y 6º año, respectivamente, estos núcleos sintéticos de contenidos –la constitución corporal y la conciencia corporal- continúan tratándose con mayores niveles de profundidad y extensión, porque se relacionan con la experiencia vital de los estudiantes y la continuidad de su propio desarrollo corporal y motor. La enseñanza de los contenidos incluidos en estos núcleos permite ampliar la comprensión de los procesos de constitución corporal y motriz, sus fundamentos científicos y técnicos, como así también la puesta en práctica de dichos procesos.

“Las habilidades motrices”, tercer núcleo de contenidos que integra el eje Corporeidad y

motricidad, se abordan en esta materia en forma articulada con “Prácticas deportivas y atléticas”.

El eje “Corporeidad y sociomotricidad” se presenta en esta materia para que los estudiantes realicen experiencias sociomotrices, que van a desplegarse con mayor profundidad en Prácticas deportivas y atléticas.

El eje “Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente” presenta sus contenidos específicos en continuidad con los desarrollados en el ciclo básico, que se profundizan en la materia “Prácticas corporales y deportivas en el ambiente”, del quinto año de la Orientación.

## **Los núcleos temáticos**

### **1. Introducción a la Educación Física**

La Educación Física es una materia pedagógica ocupada en considerar y crear las condiciones para incidir en el desarrollo de la corporeidad y motricidad de cada persona, tomando en cuenta sus posibilidades de aprendizaje, el contexto social y cultural en el que vive, contribuyendo a su plena realización. La tarea pedagógica del área se contextualiza en una sociedad cambiante y debe promover la democratización en el acceso a los saberes propios de este campo y la inclusión de todas las personas en propuestas de enseñanza que les posibiliten avanzar hacia la conquista de su disponibilidad corporal y motriz.

La corporeidad es el modo de ser del hombre, con todas sus dimensiones: cognitiva, sensorial, emocional, social, motriz y orgánica. La motricidad es la intencionalidad operante del hombre, es la dimensión de la corporeidad que posibilita la relación con el medio y con los otros de un modo activo y transformador. La disponibilidad corporal y motriz es la síntesis de la disposición personal para actuar en interacción con los otros y con el ambiente, posibilitando la concreción de los proyectos de vida.

A lo largo de su recorrido histórico, la Educación Física fue construyendo diferentes discursos e imaginarios en relación a las necesidades de prácticas corporales de las personas en cada época.

En la actualidad, la Educación Física en el sistema educativo bonaerense sitúa en el centro del proceso educativo a los estudiantes y el desarrollo de sus saberes corporales y motrices. Es por ello, que al igual que en los años anteriores los contenidos se organizan en tres ejes sobre los que el sujeto construye su modo de ser y de actuar corporal: su propia corporeidad y motricidad, su corporeidad y sociomotricidad que le favorece la comunicación y el hacer con otros, y su corporeidad y motricidad en relación con el ambiente, para vincularse y actuar sobre él.

La Educación Física interviene en el desarrollo de la corporeidad y la motricidad de los estudiantes en la escuela y en los CEF, con una fuerte preocupación por la promoción y prevención de la salud y la recreación activa, promoviendo la inclusión de todos los sectores sociales, grupos y sujetos en las prácticas que propone.

En esta orientación los diferentes ejes y contenidos serán desarrollados en las distintas materias específicas durante los tres años del ciclo.

Se propone que a lo largo de la orientación los estudiantes se apropien de la concepción de Educación Física, entiendan el devenir de la corporeidad, aprendan las prácticas corporales y motrices en tanto prácticas sociales relevantes en la cultura y adquieran una formación política en propuestas de intervención comunitaria.

## **2. La corporeidad humana**

En este apartado, se presenta un abordaje del cuerpo que les permitirá a los estudiantes comprender la construcción de distintos imaginarios sobre él, en momentos significativos de la historia humana, hasta llegar a la concepción actual explicitada en el apartado anterior.

Se plantea el análisis de la constitución histórica de la corporeidad, para que los estudiantes puedan comprender cuáles son las formas que asumió a lo largo del tiempo, expresadas en las diferentes prácticas corporales y ludomotrices, propias de cada época y contexto social.

La corporeidad es una construcción humana, que le da sentido al cuerpo biológico y, en definitiva, al propio ser humano.

El cuerpo de cada sujeto tiene un sustento biológico pero cada ser humano, atravesado por su circunstancia, contexto de vida y su propia filosofía, determina como quiere vivirlo, imaginarlo, conformarlo, utilizarlo, desarrollándolo con un determinado sentido.

Cada época histórica, con los imaginarios sociales que se configuran e inciden fuertemente en la constitución de la corporeidad de los sujetos, ha motivado valorizaciones y desvalorizaciones de la dimensión corporal. En la actualidad existen una diversidad de enfoques sobre esta dimensión, que implican diferentes consideraciones y tratamientos del cuerpo que los estudiantes necesitan identificar y resignificar.

## **3. Los ejes y sus contenidos**

### **Corporeidad y motricidad**

La Educación Física es una materia que incide en la constitución de la identidad de los jóvenes al impactar en su corporeidad, entendiendo a ésta como espacio propio y al mismo tiempo social, que involucra al conjunto de sus capacidades cognitivas, emocionales, motrices, expresivas y relacionales.

El cuerpo constituye una dimensión significativa de la condición humana ya que no hay vida posible si no es a través del cuerpo que se va construyendo a lo largo de la existencia. Esta construcción es simultáneamente orgánica y subjetiva, en un proceso donde ambos aspectos se influyen en forma mutua y constante, constituyendo la corporeidad de cada sujeto. La motricidad, como intencionalidad en acción 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.

En esta etapa, los jóvenes profundizan en su constitución corporal y motriz, reorganizan su imagen corporal, fortalecen su autoconciencia y estima de sí. Pueden asumir posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo y, en función de sus intereses personales, se orientan hacia alguna actividad motriz en particular.

Para ello, la materia propone la recuperación de imaginarios y prácticas motrices experimentadas por los estudiantes y promueve nuevos aprendizajes para su constitución corporal.

A lo largo de este ciclo de tres años, y en relación con el eje “Corporeidad y motricidad”, se propondrá a los estudiantes el aprendizaje de los principios, métodos y tareas para que al finalizar su escuela secundaria puedan abordar en forma autónoma y a lo largo de toda su vida, el desarrollo y cuidado de su constitución corporal.

Se define con claridad que en esta materia se tratará con particular énfasis el eje “Corporeidad y motricidad” y sus núcleos “Constitución corporal” y “Conciencia corporal”. Se procura, en este año, que los estudiantes aprendan a construir secuencias personalizadas de prácticas motrices para mejorar su constitución corporal, con base en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad y concientización.

### “Corporeidad y sociomotricidad”

En este eje se propone que los estudiantes realicen experiencias sociomotrices a partir de la construcción de actividades gimnásticas con apoyo mutuo y de la participación en juegos deportivos, en forma introductoria y contribuyendo a su proceso de constitución corporal. Este eje se despliega en la materia Prácticas deportivas y atléticas.

### “Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente”

En este eje se propicia la realización de prácticas corporales y motrices en el medio natural, habilitando espacios de creciente protagonismo, tendiendo al cuidado y protección.

En relación con lo expuesto, en esta propuesta curricular se procura configurar una Educación Física humanista que, a través de la enseñanza de sus contenidos específicos, contribuya al proceso de formación de los jóvenes y los adolescentes, en el sentido de favorecer su disponibilidad corporal y motriz, su formación como ciudadanos solidarios, creativos, críticos y responsables por el bien común. Cada docente debe tomar en cuenta las diferentes potencialidades de los estudiantes y los grupos que conforman y, a partir de la lectura de sus problemáticas, desarrollar un abordaje didáctico contextualizado, con estrategias pedagógicas que les permitan la construcción de saberes sobre su propia corporeidad, la relación con los otros y el mundo en el que viven.

### Mapa curricular de Educación Física y corporeidad

<b>Materia</b>	<b>Educación Física y corporeidad</b>
<b>Año</b>	<b>Cuarto</b>
Núcleos Temáticos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introducción a la Educación Física</li> <li>2. La corporeidad humana</li> <li>3. Los ejes y sus contenidos</li> </ol> <p style="margin-left: 20px;">Eje: Corporeidad y motricidad</p> <p style="margin-left: 20px;">Eje: Corporeidad y sociomotricidad</p>

	Eje: Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente
--	---

### **Carga horaria**

La materia **Educación Física y Corporeidad** se encuentra en el 4° año de la Escuela Orientada en Educación Física.

Su carga es de 72 horas totales, siendo su frecuencia de 2 horas semanales si su duración se implementa como anual.

Los dos primeros núcleos temáticos insumirán el 30 % aproximadamente del tiempo total disponible, reservándose para el núcleo tres el 70%.

### **Objetivos de enseñanza**

- Abordar la fundamentación de la Educación Física facilitando la apropiación significativa del enfoque y los conceptos estructurantes por parte de los estudiantes.
- Favorecer la comprensión de la corporeidad, su historia y sus implicancias para la propia constitución corporal en la actualidad.
- Recuperar los avances que hayan hecho los estudiantes en el ciclo anterior en relación con su constitución y su conciencia corporal para producir sus secuencias personales de prácticas motrices, con base en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad y concientización.
- Desempeñar la tarea pedagógica con relación al eje Corporeidad y sociomotricidad en forma articulada con la materia Prácticas deportivas y atléticas.
- Posibilitar experiencias de prácticas corporales y motrices en el ambiente natural.
- Propiciar la relación con el ambiente a partir de su experimentación sensible.

### **Objetivos de aprendizaje**

- Comprender la actual concepción de Educación Física y sus conceptos estructurantes.
- Comprender el concepto de corporeidad y su proceso histórico de constitución.
- Interpretar los imaginarios actuales sobre el cuerpo y la corporeidad, con su impacto en las prácticas corporales y motrices.

- Reconocer la importancia de las prácticas motrices en el proceso de constitución y conciencia corporal y en el mantenimiento de la salud.
- Organizar secuencias personales de prácticas motrices para la constitución corporal con base en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad y concientización.
- Realizar prácticas corporales y motrices de manera reflexiva, creativa y solidaria, respetando y valorando posibilidades y limitaciones motrices, propias y de los otros.
- Realizar experiencias sociomotrices.
- Sostener y disfrutar de prácticas corporales y motrices en ámbitos naturales.
- Comprender y asumir los valores que subyacen a las prácticas corporales.

## **Contenidos**

### **1. Introducción a la Educación Física**

- Concepción de Educación Física: corporeidad y motricidad; corporeidad y sociomotricidad; corporeidad y relación con el ambiente. Su relación con la salud y la recreación activa.
- La disponibilidad corporal y motriz para el desempeño en contextos diversos.
- La democratización en el acceso a los saberes propios del campo de la Educación Física.
- La emocionalidad como base de la constitución de la corporeidad.
- La Educación Física y la formación de sujetos críticos, reflexivos, solidarios y responsables del bien común.
- La estructura de la orientación en Educación Física: a. La concepción de Educación Física. b. La corporeidad y el impacto de la Educación Física. c. Las prácticas corporales y motrices en tanto prácticas sociales relevantes en la cultura. d. Las experiencias de intervención en la comunidad.

### **2. La corporeidad humana**

- El cuerpo hoy: interrogantes y perspectivas
- El cuerpo en la posmodernidad. El individualismo. La exaltación del ego y el narcisismo. La comodidad asociada a la pasividad. La tecnología y la sustitución de la actividad corporal y motriz. El cuerpo separado del hombre.
- Historia de la corporeidad: El cuerpo en la antigua Grecia. El cuerpo en la Edad Media.
- El cuerpo en el cristianismo. El cuerpo anatómico. El comienzo de la medicina occidental. El cuerpo en la modernidad.
- Los nuevos enfoques de la corporeidad: ser cuerpo. Las prácticas sensibles e intensas, motivadoras del quehacer corporal. El concepto de corporeidad.

### 3. Los ejes y sus contenidos

#### Eje Corporeidad y motricidad

##### Constitución corporal

- Las capacidades motoras y su tratamiento polivalente en secuencias personalizadas para la constitución corporal.
- Capacidades condicionales
  - La resistencia aeróbica y anaeróbica. Sus diferencias.
  - La iniciación en el desarrollo de la resistencia anaeróbica
  - La fuerza velocidad o rápida. Secuencia personal de ejercicios en base a los principios de intensidad y volumen.
  - La flexibilidad. Las técnicas de elongación y su ejercitación personalizada.
  - La velocidad. Tiempo de reacción y su relación con distintos tipos de acciones motrices.
- Capacidades coordinativas
  - Las capacidades coordinativas y su ajuste específico para el desempeño motor
  - Su implicación en situaciones del deporte y de la vida cotidiana.
- Secuencias de actividades motrices sistematizadas e integradas en proyectos de corto plazo para la propia constitución corporal.
- Los principios para el desarrollo de la constitución corporal. Su aplicación con diferentes objetivos: mejora del desempeño deportivo, compensación/equilibración corporal, sustento de la expresión corporal.
  - Los principios de salud, individualización, recuperación, concientización y utilidad. Su consideración en la secuenciación de proyectos personales de formación corporal y motriz.
- La entrada en calor y las tareas regenerativas luego de la actividad física intensa.
- El control del ritmo cardiorrespiratorio para la autorregulación del esfuerzo en las actividades motrices aeróbicas y anaeróbicas.
- Valoración de la tarea en grupo para organizar, desarrollar y coevaluar los proyectos de actividades motrices que posibiliten 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.
- La práctica consciente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención de las adicciones.

##### Conciencia corporal

- Reconocimiento del efecto de los distintos tipos de actividad motriz sistemática en los cambios corporales.

- El desarrollo en grupo de proyectos personalizados de actividad motriz y su relación con la autoestima y el respeto a los otros.
- Actitudes y posturas corporales. Su modificación a través de secuencias de actividades motrices significadas y valoradas individual y grupalmente.
- La imagen corporal y el impacto de los modelos mediáticos y de la mirada de los otros en su constitución. Su análisis crítico.
- La organización y desarrollo de actividades motrices compartidas con cuidado y respeto corporal entre los géneros.
- Tareas de concientización corporal. La sensopercepción del propio cuerpo. Su relación con la autoidentificación y la comprensión de la propia corporeidad

### **Habilidades motrices**

- El desarrollo y ajuste de la habilidad motriz general y de habilidades específicas para el desempeño motor en ámbitos diversos.

### **Eje Corporeidad y sociomotricidad**

#### **La construcción del juego deportivo y el deporte escolar**

- Los juegos deportivos y la construcción solidaria y compartida de sus dimensiones y formas de práctica: finalidad, regla, estrategias, habilidades motrices, espacios y comunicación.

#### **La comunicación corporal**

- La producción y expresión creativa en acciones motrices.

### **Eje Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente**

#### **La relación con el ambiente**

- Las actividades campamentiles, deportivas y desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.

#### **La vida cotidiana en ámbitos naturales**

- La organización y concreción de actividades sociomotrices en la naturaleza.

#### **Las acciones motrices en la naturaleza**

- Las acciones motrices específicas para resolver situaciones de desplazamiento sobre terrenos y accidentes naturales

### **Orientaciones didácticas**

✓ *Realizar un abordaje de la clase desde la complejidad que plantea la corporeidad.*

Tener en cuenta la complejidad que plantean las prácticas corporales y motrices significa considerar las características de los distintos contextos, la corporeidad de los sujetos, con



sus experiencias previas, sus representaciones acerca de estas prácticas, la atención a los emergentes, las relaciones vinculares, las formas de comunicación entre docentes y estudiantes y de estos entre sí, entre otras cuestiones. La consideración integral de estos aspectos permite diseñar situaciones de enseñanza pertinentes y significativas.

Desde un pensamiento complejo, se procura propiciar el análisis de las diferentes dimensiones de lo corporal en sus distintas etapas históricas.

- ✓ *Llevar a cabo la enseñanza de la Educación Física basada en la comprensión del hacer corporal y motor.*

Se procura abordar la fundamentación de la Educación Física facilitando la apropiación significativa del enfoque y los conceptos estructurantes por parte de los estudiantes. Esto supone propiciar la problematización y la formulación de interrogantes acerca de lo corporal hoy, para desde allí analizar las implicancias históricas que tiene esta construcción.

Se trata, además, de contribuir a que los estudiantes entiendan aspectos particulares de su propia constitución corporal a lo largo de su escolaridad y en vinculación con otras prácticas motrices, atléticas, deportivas, de relación con el ambiente y de la vida cotidiana.

Es necesario que los docentes pongan en juego estrategias para que los estudiantes se apropien de los fundamentos que sustentan la elaboración de secuencias personales de prácticas motrices, con base en los principios de salud, individualización, recuperación, intensidad y volumen.

- ✓ *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 objetos, que no son el lenguaje verbal, de signos que no son “palabras”. Es necesario proponer a los estudiantes que den explicaciones de lo que perciben, ven o entienden en las prácticas motrices para poder comunicar esas sensaciones, percepciones, interpretaciones y conceptualizaciones de manera oral o escrita. Tanto a las observaciones que los estudiantes realicen de los otros y de los objetos en un tiempo y espacio determinado, como a las experimentaciones motrices individuales o en grupo, le corresponden formas específicas de explicitarlas. Éstas pueden ser orales -narrando secuencias expresivas, jugadas, argumentado posiciones tácticas más favorables o debatiendo reglas con los compañeros, por citar algunos ejemplos-, o escritas -representando movimientos, desplazamientos o trayectorias de pelotas, para mencionar algunas-, con signos o referencias que se hayan universalizadas en la bibliografía del área. Estos modos particulares de expresarse deben ser aprendidos en el contexto del área, por lo cual resulta importante que los docentes generen instancias de lectura de “textos motores” o de “textos corporales” relacionadas 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-. La lectura de un reglamento deportivo puede tener diferentes propósitos: modificar algunas reglas y construir

nuevas, para que todos puedan participar del juego; para diseñar representaciones gráficas -mapas, croquis, esquemas, mapas conceptuales, ilustraciones-, para establecer, por ejemplo, un itinerario de baja dificultad de caminata y ascenso del propio grupo en un mapa topográfico; 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 frecuentándolos, la confrontación de distintos autores y el ejercicio del 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 (lectura semiótica), y otra que lee textos del área (lenguaje verbal) para reflexionar, arribar a nuevas conclusiones, volver sobre lo hecho, en un trayecto de ida y vuelta de la acción a la conceptualización que le permitirá 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, comprender un concepto, dar cuenta de una acción motriz o construir una regla de juego, entre otros. 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, convirtiendo los gestos y las acciones motoras en objeto de análisis, comunicarlo y tomarlo como insumo para la elaboración de proyectos, entre otras cosas.

Además, la escritura en Educación Física persigue diferentes objetivos. Se escribe para comunicar a otros lo aprendido: describir una producción gimnástica, expresiva o deportiva, realizar informes de observación de un partido, graficar resultados de un encuentro deportivo, para 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 permita 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.

Será interesante que los estudiantes realicen 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.

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

- Leer las prácticas corporales y motrices reconociendo diferentes formas de lectura y dar cuenta de manera oral o escrita de sus conceptualizaciones.
- 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, 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.

✓ *Favorecer la constitución del grupo*

Es oportuno considerar que mediante las prácticas que se propongan y lleven a cabo, se debe posibilitar que el conjunto de jóvenes se conforme como grupo con fuerte cohesión y metas comunes, potenciando sus aprendizajes. El docente deberá disponer de estrategias que fomenten la participación y la cooperación en las prácticas motrices, favoreciendo la inclusión.

Se promoverá la organización participativa y responsable en las diferentes actividades, propiciando la asunción y circulación de roles.

✓ *La constitución corporal y motriz*

Se recomienda que el tratamiento didáctico de la constitución corporal tome en cuenta las condiciones de partida de los estudiantes y los implique en un trabajo personalizado y a la vez colectivo, avanzando en un proceso de creciente autonomía.

A la tradicional didáctica de conducción de actividades por parte del docente, guiando todos los “ejercicios”, señalando la cantidad de repeticiones, evaluando los rendimientos orgánicos

en forma cuantitativa con referencia a tablas preestablecidas y genéricas, se opone un proceso didáctico en que los estudiantes experimentan las tareas, buscan sus propios rangos de exigencia, fundamentándose en el conocimiento teórico que le aporta el docente y haciéndolo propio reflexivamente y por aplicación a su propia 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 desarrollan 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 posibilidades 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 anticipada realizando las provisiones didácticas necesarias.

Se espera contribuir a que el alumno asuma posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo, la autoconciencia y estima de sí.

✓ *La planificación de la enseñanza*

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

- Utilizarla como herramienta para anticipar posibles recorridos e intervenciones.
- Elaborarla en base a 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.
- Organizarla seleccionando alguna o algunas modalidades: unidades didácticas, unidades temáticas y proyectos, que en todos los casos, deben estar al servicio de la enseñanza de los contenidos curriculares y del logro del conjunto de objetivos de aprendizaje 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 de aprendizaje, ejes y contenidos, estrategias de enseñanza, consignas de actividades, evaluación -de los aprendizajes motores y de la enseñanza- y recursos, entre otros. De este modo se pretende incentivar a los jóvenes, dado que cada modalidad representa una experiencia de impacto formativo, y propicia el logro de aprendizajes motores a lo largo del año, superando prácticas donde los contenidos se enseñan de modo acumulativo, rutinario o errático.
- Incluir entre las modalidades seleccionadas proyectos didácticos en los que los estudiantes se impliquen en la construcción, la selección de contenidos y actividades, la gestión, con asunción de roles protagónicos, que culminen con un producto final como

por ejemplo, un plan de prácticas corporales para todo el grupo, con atención de la diversidad.

Toda planificación debe incluir los siguientes componentes:

### **Los objetivos de aprendizaje**

Son las descripciones de los logros que se espera de los estudiantes al finalizar el año o una secuencia didáctica determinada.

Constituyen para el docente un referente que orienta su tarea pedagógica permitiéndole ayudar a los estudiantes a lograr las mejores aproximaciones a los aprendizajes que en estos objetivos 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 aparición de dificultades o el alcance de logros en tiempo menores, entre otros, que indiquen al docente analizar la necesidad de redefinir los objetivos formulados al comienzo.

Si se considera necesario, pueden especificarse para ser incluidos en el diseño de propuestas pedagógicas de menor duración.

Resulta imprescindible que al definir estos logros, se tomen en cuenta las necesidades e intereses de los estudiantes y se realicen las adecuaciones pertinentes, en función del tipo de propuesta que se ha planificado.

Cada propuesta, ya sea que se trate de proyectos, unidades didácticas y/o unidades temáticas, incluirá entre sus componentes, objetivos de aprendizaje tomando como referencia los enunciadas en el Diseño Curricular. También debe contener ejes y contenidos, estrategias de enseñanza y actividades de aprendizaje.

### **Los ejes y núcleos de contenidos**

La planificación anual del profesor, estructurada en base a diferentes modalidades del tipo de las mencionadas precedentemente, 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 integradamente en las propuestas pedagógicas.

### **Las estrategias de enseñanza**

Se parte de concebir como estrategia de enseñanza a todas las formas de intervención que emplea el docente para provocar el logro de saberes corporales y motores, establecidos en los objetivos de aprendizaje. Estas formas hacen referencia a las consignas, las actividades de aprendizaje que propone, el modo en que se comunica con los estudiantes, 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 prácticas corporales.
- Planificar diferentes consignas para que todos los estudiantes 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 o el de cada compañero.
- 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 participan de la toma de decisión en aquellos asuntos que afectan sus procesos de aprendizaje.
- Incluir una variedad de estrategias de enseñanza entre las cuales se presente un problema a resolver, una situación a explorar, una tarea de enseñanza recíproca, tareas definidas, espacios para la reflexión y la creatividad, en diferentes ambientes, donde los estudiantes 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 prácticas corporales.
- 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.

### **Las consignas de actividades de aprendizaje**

Se recomienda presentar consignas variadas que den cuenta del uso de diferentes estrategias y propicien en los estudiantes el acceso a diversas formas para aprender.

### **La constitución corporal y motriz**

Se recomienda que el tratamiento didáctico de la constitución corporal tome en cuenta las condiciones de partida de los estudiantes y los implique en un trabajo personalizado y a la vez colectivo, avanzando en un proceso de creciente autonomía.

A la tradicional didáctica de conducción de actividades por parte del docente, guiando todos los “ejercicios”, señalando la cantidad de repeticiones, evaluando los rendimientos orgánicos en forma cuantitativa con referencia a tablas preestablecidas y genéricas, se opone un proceso didáctico en que los estudiantes experimentan las tareas, buscan sus propios rangos de exigencia, fundamentándose en el conocimiento teórico que le aporta el docente y haciéndolo propio reflexivamente y por aplicación a su propia 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 desarrollan 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.

### **Orientaciones para la evaluación**

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.

Por ejemplo, si se propone hacer un abordaje de la clase atendiendo su complejidad, la evaluación debe relevar información acerca de los diferentes aspectos puestos en juego en una situación motriz.

Sin embargo, la evaluación de los aprendizajes motores no finaliza en la búsqueda de información, sino que se trata de un proceso complejo, continuo y sistemático, integrado y coherente con el proceso de enseñanza, que permite obtener información válida y confiable acerca del desempeño motor de los estudiantes/as, a partir de la cual emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas.

Se requiere evitar, por lo tanto, traducir 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/as, debe incluir prácticas que, en conjunto con otras formas de evaluación, den lugar a la participación activa de los estudiantes/as en acciones de autoevaluación y coevaluación. Esto no releva al docente de ser el principal responsable de la evaluación de los estudiantes.

La evaluación adquiere diferentes funciones según el momento del proceso de enseñanza 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 proceso de enseñanza se realiza una evaluación que recopila datos acerca del desempeño referido a las prácticas corporales y motrices de los estudiantes, analiza el proceso realizado en forma conjunta con ellos, verifica resultados, los socializa y obtiene información que le permite:

- Compartir con sus estudiantes apreciaciones acerca de sus avances, procesos y resultados obtenidos, con 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 sus estudiantes, para mejorar su propuesta didáctica.

La evaluación final surge de contrastar los aprendizajes motores alcanzados al término de una etapa con los objetivos de aprendizaje previstos, teniendo en cuenta las diversas condiciones motrices que los estudiantes disponían al inicio, las particularidades del proceso y el contexto. Las conclusiones de la evaluación final 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 también 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, 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 recorte reduccionista desde el que se evalúa la calidad de los gestos motores, de manera descontextualizada y tomando 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 alumno/a esa actuación, qué opina sobre su desempeño y cómo se vincula con otros en la tarea realizada, qué significado tiene ese aprendizaje para su vida

Esta información debe cotejarse con los objetivos de aprendizaje previstos y las condiciones de inicio del alumno.

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 también 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 sobre el 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 estudiantes, 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 sobre los procedimientos y técnicas necesarias para ejecutar y/o mejorar esas capacidades, al mismo tiempo que recuperar el aprendizaje sensible logrado 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 a través de pruebas de ejecución, cuestionarios u otros instrumentos.

En la construcción del instrumento, se deberán incluir los aspectos a evaluar y los indicadores.

En el momento de observar y evaluar sistemáticamente, el docente tendrá en cuenta los criterios acordados, los indicadores y registros previamente diseñados y comunicados.

## Bibliografía

- Bracht, Valter, *Educación Física y aprendizaje social*. Córdoba, Velez Sarsfield, 1996.
- Devís Devís, José, *Educación Física, deporte y currículum*. España, Visor, 1996.
- DGCyE, SSE. DEF, *Aportes para la construcción curricular del área Educación Física. Tomos I y II*. La Plata, 2003.
- DGCYE. Diseño Curricular de 3º año de ES. La Plata.
- DGCYE. Dirección de Educación Física. Documento Técnico: “La comprensión en las clases de Educación Física”. La Plata, 2008.
- DGCYE. Dirección de Educación Física. Documento Técnico: “La planificación, una hipótesis para la enseñanza de la Educación Física” . La Plata. 2008.
- DGCyE, DEF, *Hacia una mejor educación física en la escuela*. La Plata, 2004.
- DGCyE, DEF, *Evaluación en Educación Física*. Documento Comisión Curricular: Corrales, Mónica, Maderna, Graciela, Renzi, Gladys, Saullo, Silvia, La Plata, 2002.
- Gomez, Jorge, *La Educación Física en el patio*. Buenos Aires. Stadium, 2002
- Gómez, RAÚL H., *El aprendizaje de las habilidades y los esquemas motrices en el niño y el joven*. Buenos Aires, Stadium, 2000.
- Morris, D. *El mono desnudo*. Cap.I. Barcelona, E. Plaza & Janés,1980.
- Soares, Carmen. Historia de lo diverso y lo homogéneo. Conferencia Jornadas Cuerpo y cultura: prácticas corporales y diversidad. Coordinación de Deportes. Universidad de Buenos Aires. Mimeo. Junio 2005.
- Vigarelo, G. *Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico*. Buenos Aires, Nueva Visión, 2005.
- Aisenstein, Angela, En el templo del saber no sólo entra el espíritu. Aprendiendo a poner en cuerpo. En Gvirtz, S. (comp) Textos para repensar el día a día escolar. Santillana. Buenos Aires, 2000.
- Díaz, Liliana, *El cuerpo en la escuela*. Buenos Aires, Tiempos Editoriales, 1997.
- Sennet, R. (1985) *Carne y piedra*. Madrid, Editorial Alianza. 1996
- Souto, Marta, *Hacia una didáctica de lo grupal*. Buenos Aires, Miño y Dávila Editores. 1993.
- Trigo, Eugenia y colaboradores, *Creatividad y motricidad*. Barcelona, Inde, 1999.
- Vázquez, Benilde, *La Educación Física en la Educación Básica*. Madrid, Gymnos, 1989.

Provincia de Buenos Aires

Gobernador  
Sr. Daniel Scioli

Vicgobernador  
Dr. Alberto Balestrini

Director 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  
Lic. Néstor Ribet

Directora Provincial de Educación Secundaria  
Mg. Claudia Bracchi