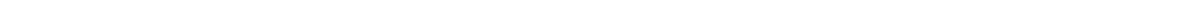


EDUCACIÓN FÍSICA Y COMUNIDAD

6º AÑO (ES)



ÍNDICE

Educación Física y comunidad	
y su enseñanza en el Ciclo Superior de la Escuela Secundaria	29
Mapa curricular	30
Carga horaria	30
Objetivos de enseñanza	31
Objetivos de aprendizaje	31
Contenidos	32
La Educación Física y las prácticas corporales de la comunidad	32
Los ejes y sus contenidos	32
Orientaciones didácticas	35
El abordaje de la clase desde la complejidad	
que plantea la corporeidad	35
La enseñanza de la Educación Física basada en la comprensión	
de su hacer corporal y motor	35
Lectura, comunicación y estudio en Educación Física	36
La grupalidad y la formación política	38
La constitución corporal y motriz	39
La planificación de la enseñanza	39
Orientaciones para la evaluación	42
Bibliografía	44

EDUCACIÓN FÍSICA Y COMUNIDAD Y SU ENSEÑANZA EN EL CICLO SUPERIOR DE LA ESCUELA SECUNDARIA

Educación Física y comunidad se propone la continuidad del trabajo iniciado en Educación Física y corporeidad de 4º año y Educación Física y cultura de 5º año.

Esta materia presenta como desafío reconocer y analizar los modos diversos que manifiestan las prácticas corporales, motrices y deportivas en contextos comunitarios y escolares para pensar posibilidades de intervención que contribuyen a la democratización en el acceso a los saberes específicos de este campo de conocimiento.

Al mismo tiempo, continúa habilitando un espacio para avanzar en el proceso de constitución corporal y motriz, en articulación con las otras materias específicas de la Orientación en Educación Física, en especial las referidas a las prácticas deportivas, ludomotrices y gimnásticas. Por ejemplo, cuando en la materia "Prácticas deportivas y juego" se enseñe un deporte o un juego determinado, el trabajo propuesto para la constitución corporal deberá estar vinculado con esa práctica.

Esta materia se organizará sobre la base de los siguientes núcleos temáticos:

- la Educación Física y las prácticas corporales de la comunidad;
- los ejes y sus contenidos.

La Educación Física y las prácticas corporales de la comunidad

Se propone que los estudiantes releven y describan el conjunto de prácticas corporales, motrices y deportivas que se producen en su comunidad y analicen en dichas prácticas: lo homogéneo y lo diverso, lo hegemónico y lo alternativo, lo inclusivo y lo excluyente.

Se buscará orientarlos para que reflexionen acerca de las propuestas en las que participan distintos grupos de la comunidad, cuáles son sus características, qué sentido tienen para quienes las realizan, los roles que se desempeñan y ponen en juego, entre otras cuestiones.

Si desde la concepción actual de Educación Física se propicia la democratización en el acceso a los saberes corporales, motrices y deportivos, se espera que los estudiantes contribuyan con este propósito, a partir de los aprendizajes que se apropien en esta materia.

Esto requiere promover el desarrollo de la conciencia crítica respecto de los modos en que las prácticas en su comunidad excluyen o incluyen a las personas y, en articulación con la materia "Diseño y gestión de proyectos", desarrollar posibles propuestas para intervenir en la comunidad, contribuyendo a la democratización de los saberes, al sostenimiento de la salud y a la recreación activa de la población.

Los ejes y sus contenidos

Esta materia continúa el abordaje de los ejes *Corporeidad y motricidad*, *Corporeidad y sociomotricidad*, y *Corporeidad y motricidad en la relación con el ambiente*. Se acentuará el tratamiento de la constitución corporal y la conciencia corporal, contenidos propios del primer eje. El eje corporeidad y sociomotricidad se abordará de manera articulada con las materias Prácticas deportivas y juegos y Prácticas gimnásticas y expresivas II.

El eje Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente será considerado mediante la realización de un campamento con pernocte.

Se espera que en la finalización del Ciclo Superior de la Educación Secundaria los estudiantes puedan concretar de manera autónoma sus propios proyectos de constitución corporal a partir del tratamiento de los núcleos de constitución corporal y conciencia corporal.

Se pretende que los estudiantes desarrollen hábitos de vida saludable, estrategias de recreación activa y una disposición permanente para realizar prácticas corporales – gimnásticas, expresivas, deportivas, de relación con el ambiente natural y otras– en forma sistemática.

Se debe procurar que las tareas que inciden en la constitución corporal y la conciencia corporal de los estudiantes se desarrollen de manera articulada con las materias referidas a las prácticas gimnásticas y deportivas.

MAPA CURRICULAR

Materia	<i>Educación Física y comunidad</i>
Año	6°
Núcleos temáticos	<ul style="list-style-type: none">• La Educación Física y las prácticas corporales de la comunidad.• Los ejes y sus contenidos<ul style="list-style-type: none">- Corporeidad y motricidad.- Corporeidad y sociomotricidad.- Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente.

CARGA HORARIA

La materia Educación Física y comunidad corresponde al 6° año de la Escuela Secundaria Orientada en Educación Física.

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

OBJETIVOS DE ENSEÑANZA

- Recuperar los aprendizajes de años anteriores referidos al desarrollo de la constitución corporal.
- Propiciar la producción autónoma de un plan personalizado de desarrollo corporal.
- Fomentar que los estudiantes analicen las prácticas corporales y motrices que se realizan en organizaciones e instituciones de la comunidad y el Estado desde el enfoque actual de la Educación Física.
- Promover el compromiso con la democratización en el acceso a las prácticas corporales, gimnásticas, deportivas y de relación con el ambiente por parte de la comunidad.
- Articular los contenidos de la materia con los de las materias Prácticas deportivas y juegos, Prácticas gimnásticas y expresivas II y Diseño y gestión de proyectos.
- Promover el diseño, la implementación y la evaluación de un campamento que incluya experiencias de integración con la comunidad.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Elaborar proyectos personales de actividades motrices para la constitución corporal con base en los principios de salud, individualización recuperación, concientización, utilidad, especificidad, sobrecarga, esfuerzo, continuidad y periodización, considerando las normas, métodos y tareas para su desarrollo.
- Afianzar la disponibilidad corporal y motriz para desempeñarse con eficiencia, seguridad y placer en alguno de los campos de las prácticas motrices, expresivas, gimnásticas y deportivas.
- Incorporar el análisis crítico en relación con las prácticas corporales y motrices, las formas en que se realizan y las problemáticas de los ambientes en que se desarrollan, para actuar con independencia, solidaridad y sentido social.
- Analizar los valores que subyacen a las prácticas corporales y motrices propias de la escuela y del contexto de su comunidad.
- Participar en el diseño, implementación y evaluación de un campamento que incluya experiencias de integración con la comunidad.

CONTENIDOS

LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LAS PRÁCTICAS CORPORALES DE LA COMUNIDAD

- Las prácticas ludomotrices, deportivas, gimnásticas, expresivas, acuáticas que se realizan en las instituciones o en forma autónoma por personas o grupos de la comunidad. Su relevamiento y análisis.
- Las prácticas deportivas competitivas. Sus distintas formas y alcance.
- Las prácticas gimnásticas y expresivas. Sus distintas variantes y desarrollos en los gimnasios y otras organizaciones.
- Las prácticas corporales y deportivas en la naturaleza.
- Las prácticas acuáticas. Acceso de la población al aprendizaje de la natación.
- Las prácticas de la educación física escolar.

LOS EJES Y SUS 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 en reposo, máxima y de trabajo.
 - La fuerza máxima. Sus características y posibilidades de desarrollo en la adolescencia. Riesgos y prevenciones para su entrenamiento.
 - La flexibilidad y sus formas específicas de tratamiento, de acuerdo a la necesidad de prestación deportiva o de ajuste corporal.
 - La velocidad, su relación con la potencia muscular y la habilidad motriz específica. Ajuste de la rapidez en las acciones motrices.
- 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 las capacidades condicionales, la habilidad motriz específica y las capacidades coordinativas.
- La integración de métodos y tareas motrices para el desarrollo corporal y motor, en proyectos personales para mejorar la propia constitución corporal, la prestación motriz en deportes o en otras situaciones de exigencia específica.
 - Beneficios y perjuicios del entrenamiento de las distintas capacidades motrices para el desarrollo de la constitución corporal saludable.
 - El desarrollo de la habilidad deportiva en el proyecto personal de 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, esfuerzo, continuidad, periodización. Normas a tener en cuenta para el desarrollo corporal consciente:
 - la intensidad;
 - el volumen;
 - la frecuencia;
 - la duración;
 - la densidad.
- La entrada en calor y prevención de lesiones, antes, durante y después de la finalización de actividades motrices realizadas en forma autónoma.
- Las técnicas de respiración y relajación para la mejor actuación en el deporte y el bienestar personal.
- La organización grupal para producir, desarrollar y coevaluar proyectos de desarrollo y optimización de la constitución corporal.
- La dieta y la actividad motriz. El balance alimenticio en relación con el tipo y exigencia de la actividad.
- La práctica conciente, sistemática y habitual de actividades motrices como prevención de las adicciones.

El eje *Corporeidad y sociomotricidad* se abordará articuladamente con las materias Prácticas gimnásticas y expresivas II, Prácticas deportivas y juegos y con Diseño y gestión de proyectos.

EJE CORPOREIDAD Y MOTRICIDAD EN RELACIÓN CON EL AMBIENTE

La relación con el ambiente

- Reconocimiento del terreno y su preparación para vivir en él, la realización de prácticas deportivas, con o sin equipamiento y con cuidado del equilibrio ecológico.
- Preparación de experiencias vivenciales para el disfrute e integración comprometida con el medio natural, con sentido ecológico.
- Concreción de acciones comprometidas con el medio natural y social propio de la zona a partir de la descripción y análisis del contexto.

La vida cotidiana en ámbitos naturales

- Planificación, organización, gestión y administración de campamentos. Sus objetivos, contenidos y actividades. Financiamiento, gestión, traslado. La realización de diversos tipos de campamentos: fijo y volante, con distintos niveles de complejidad.
- Las tareas y acciones para la vida en la naturaleza: determinación y asunción de roles en la gestión.
 - Alimentación: nutrición e hidratación para actividades específicas campamentales y deportivas en la naturaleza.
 - La previsión, la preparación y el uso selectivo de herramientas y elementos específicos. Técnicas y normas de seguridad.
 - La tecnología y las comunicaciones: aportes para la vida en la naturaleza.

- El equipo personal y grupal específico para actividades diversas en la naturaleza.
- Acuerdos de seguridad personal y grupal y de preservación del medio natural, según el tipo de campamento y de las actividades que han sido pautadas.
- Determinación participativa de normas de convivencia solidaria y democrática. Su inclusión en el proyecto campamental.
- El diseño y la aplicación de formas democráticas para la conducción, participación y toma de decisiones.

Las acciones motrices en la naturaleza

- La planificación de acciones motrices de desplazamiento y superación de obstáculos naturales, en grupo.
- Previsiones y preparación del terreno para el desarrollo de actividades ludomotrices y deportivas, con cuidado y protección de la naturaleza.
- Las actividades ludomotrices y deportivas en la naturaleza:
 - planificación, organización y desarrollo de juegos cooperativos de exploración, descubrimiento, contacto con elementos de la naturaleza;
 - creación de ecojuegos con participación simultánea de todos los integrantes del grupo e invitación a la comunidad de la zona;
 - juegos deportivos/deportes propios de ámbitos naturales;
 - programación de juegos deportivos apropiados al terreno y finalidades recreativas del grupo.

Disfrute estético de la naturaleza

- Previsión de tiempos y lugares para el disfrute estético de la naturaleza.
- Valoración de la naturaleza como espacio creativo y recreativo, personal y grupal.

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Esta materia comparte criterios didácticos con Educación Física de todo el Ciclo Superior.

El docente debe procurar, entre otros aspectos, facilitar la integración en los proyectos personales de constitución corporal de los principios de entrenamiento y los métodos y tareas específicas. Esto permitirá a los estudiantes alcanzar la plena disposición de sí mismos y la gestión autónoma de sus prácticas corporales, finalizado su tránsito escolar.

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 motrices y su constitución corporal.

En tal sentido, el docente debe presentar una propuesta inclusiva que considere las posibilidades de cada uno de los estudiantes.

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. Es importante integrar en este espacio curricular, los saberes corporales y motrices que los estudiantes aprenden en las demás materias, para ser considerados en la totalidad de su proyecto personal.

EL 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 jóvenes y de estos entre sí, entre otras cuestiones. La consideración integral de estos aspectos permite diseñar situaciones de enseñanza pertinentes y significativas.

El hecho de que los estudiantes deban relevar en esta materia las prácticas corporales y motrices que se realizan en la comunidad, aportará información valiosa para proponer la comparación con los saberes que disponen y de este modo orientar nuevos aprendizajes.

Se trata de habilitar un espacio para que los estudiantes reconozcan críticamente las distintas formas en que se configuran las prácticas gimnásticas, expresivas, lúdicas, acuáticas, deportivas y de relación con el ambiente en la comunidad.

LA ENSEÑANZA BASADA EN LA COMPRESIÓN DEL HACER CORPORAL Y MOTOR

En esta materia debe propiciarse el relevamiento y análisis de las prácticas motrices que se realizan en la comunidad, tanto en las instituciones –organizaciones deportivas, gimnásticas

y recreativas, organizaciones barriales, ONG, centros deportivos municipales, entre otras– así como aquellas realizadas de manera autónoma por grupos o personas.

La tarea pedagógica, enmarcada en un enfoque de enseñanza de Educación Física basado en la comprensión, promueve la consolidación de la fundamentación de su hacer corporal y motriz y la creciente autonomía en el estudio. Desde esta perspectiva, la Educación Física posibilita 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.

Lograr este tipo de aprendizaje en Educación Física y comunidad supone que los jóvenes realicen una apropiación crítica de los contenidos que se les presentan 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.

Esta comprensión de los distintos enfoques de las prácticas corporales y motrices, tanto las propias como las relevadas en la comunidad, les permitirá a los estudiantes disponer de información de utilidad que les servirá de insumo en las tareas que realizarán en la materia Diseño y gestión de proyecto.

LECTURA, COMUNICACIÓN Y ESTUDIO EN EDUCACIÓN FÍSICA Y COMUNIDAD

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 prácticas corporales propias y de la comunidad tienen formas de ser leídas, escritas y contadas que remiten a una lectura semiótica de los objetos y del cuerpo.

En relación con estas prácticas es necesario proponer que 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 y de forma escrita. En esta materia se enseñará a los estudiantes a registrar sus observaciones sobre las prácticas corporales que se realizan en las instituciones y/o espacios de la comunidad

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: relevar información y registrarla, compartir información, producir síntesis integradoras, elaborar mapas conceptuales, ilustraciones.

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 permite a los estudiantes apropiarse del vocabulario técnico de la disciplina.

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 sentido 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 observada en la comunidad. Al cambiar el propósito de la lectura, también cambia la actitud del lector frente al texto. Por ejemplo, en Educación Física y comunidad 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 proyecto para su constitución corporal.

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 y comunidad 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 y comunidad, 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 amplien su perspectiva en el campo, entre otras posibilidades.

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 también, 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.

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 PLANIFICACIÓN DE LA ENSEÑANZA

Planificar las clases de Educación Física desde el enfoque adoptado en el presente Dise- ño Curricular implica:

- utilizar la materia como herramienta para anticipar posibles intervenciones;
- establecer acuerdos con los colegas de las materias Prácticas deportivas y juegos, Prácticas gimnásticas y expresivas II y Diseño y gestión de proyectos;
- organizar la materia mediante la selección de alguna de las modalidades: unidades didác- ticas, 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 ense- ñanza, consignas de actividades, evaluación –de los aprendizajes motores y de la enseña- za– 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 campamento.

Se trata de promover que los estudiantes se impliquen en la gestión, 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 elaboración de un dispositivo para relevar las prácticas corporales de la comunidad y concluir con un documento escrito que las recopile.

Una unidad didáctica puede estar referida al diseño de una secuencia motriz para la constitución corporal. O por ejemplo 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.

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 otras circunstancias, 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 incluidas 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.

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 núcleos temáticos, contenidos, estrategias de enseñanza, actividades y consignas de evaluación además, de inicio, formativa y final.

Los núcleos temáticos

La planificación anual del profesor debe comprender las diferentes propuestas pedagógicas diseñadas para el año con las *adecuaciones* que las características del grupo, de las instituciones y del contexto requieran.

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, establecidos en los objetivos. Estas estrategias hacen referencia a las consignas, las actividades de aprendizaje que propone el docente, 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;
- 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;
- 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;
- 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.

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 uso de diversas formas para aprender.

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, entre los que se mencionan: los modos que tienen los estudiantes de vincularse en las prácticas corporales, 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.

Por otra parte se evaluará la recopilación y el análisis realizado sobre las prácticas corporales de la comunidad.

La evaluación final surge de contrastar los aprendizajes alcanzados al término de una etapa con los objetivos de aprendizaje previstos, teniendo en cuenta los diversos saberes que los estudiantes disponían al inicio, las particularidades del transcurso de la materia 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 las prácticas corporales y motrices se hace referencia a los aspectos técnico-motrices observables, 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.

Cabe señalar la importancia de tomar en cuenta tanto el proceso como los resultados del aprendizaje y las diferentes dimensiones implicadas en los mismos.

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 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

- 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.
- Devis Devis, 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 la ES (3º año)*. La Plata, DGCyE, 2008.
- , *Diseño Curricular para la ES. Ciclo Superior (4º año). Orientación en Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2009.
- , *Diseño Curricular para la ES. Ciclo Superior (5º año). Orientación en Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2010.
- , *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.
- Freire, Paulo, "Conversaciones con Antonio Faúndez" en: *Hacia una pedagogía de la pregunta*. Buenos Aires, La Aurora, 1986.
- Freire Paulo, *Pedagogía del oprimido*. México, Siglo veintiuno, 1999.
- Gerbauix, Michel, *Actitud y entrenamiento aeróbico en la infancia y la adolescencia*. Barcelona, INDE, 2004.
- Goetz, J. y LeCompte, M., *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Madrid, Morata, 1984.
- Gómez, Jorge, *La Educación Física en el patio*. Buenos Aires, Stadium, 2002.
- Gómez, Mora, José, *Bases del acondicionamiento físico*. Barcelona, INDE, 2007.
- Grosser, Manfred y otros, *Principios del entrenamiento deportivo*. Barcelona, Martínez Rocca, 1988.
- Reboratti, Carlos, *Ambiente y sociedad, conceptos y relaciones*. Buenos Aires, Planeta, 1999.
- Zenobi, Viviana. *Nuevas perspectivas en Educación Ambiental, otros discursos, otras prácticas*. Buenos Aires, Novedades Educativas, 2006.