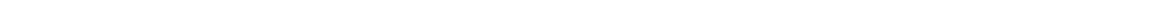


# EDUCACIÓN FÍSICA Y CORPOREIDAD

4º AÑO (ES)



# INDICE

Mapa curricular.....	30
Carga horaria.....	30
Objetivos de enseñanza.....	30
Objetivos de aprendizaje.....	31
Contenidos.....	32
Introducción a la Educación Física.....	32
La corporeidad humana.....	32
Los ejes y sus contenidos.....	32
1. Corporeidad y motricidad.....	32
2. Corporeidad y sociomotricidad.....	33
3. Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente.....	33
Los núcleos temáticos.....	34
Introducción a la Educación Física.....	34
La corporeidad humana.....	34
Los ejes y sus contenidos.....	35
Orientaciones didácticas.....	37
El abordaje de la clase desde la complejidad que plantea la corporeidad.....	37
La Educación Física basada en la comprensión del hacer corporal y motor.....	37
Lectura, comunicación y estudio en Educación Física y corporeidad.....	38
La constitución del grupo.....	38
La constitución corporal y motriz.....	38
La conciencia corporal.....	39
La planificación de la enseñanza.....	39
Orientaciones para la evaluación.....	42
Bibliografía.....	45

# 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. Profundiza saberes relacionados con la constitución corporal y motriz propias del eje Corporeidad y motricidad, organizados en una secuencia que continúa en las materias "Educación Física y cultura" de 5º año y "Educación Física y comunidad" de 6º año.

A lo largo del Ciclo Superior los estudiantes avanzan en la comprensión del campo de conocimiento de la Educación Física y afianzan la fundamentación y el desarrollo de su hacer corporal y motor. Por ello los contenidos se presentan en los siguientes tres núcleos temáticos.

- *Introducción a la Educación Física*: aborda las características de la Educación Física y la estructura de la orientación. Se desarrolla en relación con el siguiente núcleo temático para posibilitar que los estudiantes comprendan la perspectiva del campo disciplinar que sustenta la orientación en Educación Física.
- *La corporeidad humana*: tiene como objetivo que los estudiantes reconozcan 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.
- *Los ejes y sus contenidos*: en continuidad con lo presentado en el Ciclo Básico se retoman los tres ejes mediante los cuales se organiza la Educación Física en las propuestas curriculares: *Corporeidad y motricidad*, *Corporeidad y sociomotricidad* y *Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente*. En esta materia se pone énfasis en el tratamiento del primer eje y en particular se profundizan los núcleos de contenidos referentes a la constitución y a la conciencia corporal, sus fundamentos científicos y técnicos, como así también su puesta en práctica.

En 5º y 6º año las materias "Educación Física y cultura" y "Educación Física y comunidad" abordarán con mayor profundidad y extensión los núcleos de contenidos referentes a la constitución corporal y a la conciencia corporal, porque se relacionan con la experiencia vital de los estudiantes y la continuidad de su propio desarrollo corporal y motor.

Las habilidades motrices forman parte de un núcleo de contenidos que integra el eje *Corporeidad y motricidad* y que además se articula con la materia "Prácticas deportivas y atléticas" donde se desarrollan habilidades específicas propias de esas prácticas. En el mismo sentido, el eje *Corporeidad y sociomotricidad* se presenta en esta materia para que los estudiantes realicen experiencias sociomotrices, colaborando entre sí en los procesos de aprendizaje.

Por su parte el eje *Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente* presenta contenidos específicos, en continuidad con los desarrollados en el Ciclo Básico, que se profundizarán en la materia "Prácticas corporales y deportivas en el ambiente" en el 5º año de la Orientación.

# MAPA CURRICULAR

<b>Materia</b>	Educación Física y corporeidad
<b>Año</b>	4º
<b>Núcleos Temáticos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introducción a la Educación Física</li><li>• La corporeidad humana</li><li>• Los ejes y sus contenidos<ul style="list-style-type: none"><li>- Corporeidad y motricidad</li><li>- Corporeidad y sociomotricidad</li><li>- Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente</li></ul></li></ul>

## CARGA HORARIA

La materia Educación Física y corporeidad corresponde al 4º 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

- Abordar la fundamentación de la Educación Física y facilitar la apropiación significativa de su enfoque y sus conceptos estructurantes.
- Favorecer la comprensión de la corporeidad, su historia y sus implicancias para la propia constitución corporal.
- Procurar el desarrollo autónomo de secuencias de prácticas motrices personales con base en los principios de salud, individualización, recuperación, utilidad y concientización, teniendo en cuenta los aprendizajes previos de cada estudiante.
- Presentar el eje *Corporeidad y sociomotricidad* y su articulación con la materia "Prácticas deportivas y atléticas".
- Proponer prácticas corporales y motrices que propicien experiencias significativas de relación en el ambiente natural.
- Fortalecer la motivación y el conocimiento de los alumnos respecto de los fundamentos y procesos de constitución y conciencia corporal mediante entrevistas a referentes externos como deportistas o profesionales vinculados con la temática.

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Reconocer 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 para comprender su impacto en las prácticas corporales y motrices.
- Valorar las prácticas motrices tanto en el proceso de constitución y conciencia corporal como 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.
- Asumir actitudes reflexivas, creativas y solidarias en la realización de prácticas corporales y sociomotrices.
- Reconocer las diferencias y matices de las prácticas corporales y motrices realizadas en ámbitos naturales respecto a las realizadas en ámbitos urbanos.
- Abordar las prácticas corporales y motrices desde su ejecución práctica enriquecida por lecturas y escrituras que las describen y analizan.

# CONTENIDOS

## INTRODUCCIÓN A LA EDUCACIÓN FÍSICA

- Concepción de Educación Física: Corporeidad y motricidad, Corporeidad y sociomotricidad, Corporeidad y motricidad en 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 y la socialidad como dimensiones humanas sustanciales en la constitución de la corporeidad.
- La Educación Física y su aporte en la formación de sujetos críticos, reflexivos, solidarios y responsables del bien común.
- La estructura de la orientación en Educación Física: la concepción de Educación Física, la corporeidad y el impacto de la Educación Física. Las prácticas corporales y motrices en tanto prácticas sociales relevantes en la cultura. Las experiencias de intervención en la comunidad.

## LA CORPOREIDAD HUMANA

- El cuerpo en la posmodernidad, interrogantes y perspectivas actuales. El individualismo. La exaltación del ego y del 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.

## LOS EJES Y SUS CONTENIDOS

### 1. 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 de la vida cotidiana, del trabajo y de la recreación activa.
- 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.
- Las tareas en grupo para organizar, desarrollar y co-evaluar 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

- El efecto de los distintos tipos de actividad motriz sistemática en los cambios corporales.
- Los proyectos personalizados de actividad motriz, su desarrollo y relación de sus efectos en la autoestima.
- 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 el 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 como sustento de las habilidades específicas para el desempeño motor en ámbitos diversos.
- La relación entre las habilidades motrices y las capacidades coordinativas.

## 2. Corporeidad y sociomotricidad

- La constitución corporal, la conciencia de sí mismo y del otro en los juegos deportivos.
- La comunicación corporal: producción y expresión creativa en acciones motrices.

## 3. Corporeidad y motricidad en relación con el ambiente

- La relación con el ambiente: actividades campamentales, deportivas y los desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.
- La vida cotidiana en ámbitos naturales: organización y concreción de actividades sociomotrices en la naturaleza.
- Las acciones motrices en la naturaleza: acciones motrices específicas para resolver situaciones de desplazamiento sobre terrenos y accidentes naturales.

## LOS NÚCLEOS TEMÁTICOS

### 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 y contribuir a su plena realización. Para ello toma en cuenta sus posibilidades de aprendizaje y el contexto social y cultural en el que vive. La tarea pedagógica del área se desarrolla 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 humana posibilita el estar y el modo de ser del hombre en el mundo, y se despliega en distintas dimensiones: cognitiva, sensorial, emocional, social, motriz y orgánica.

La motricidad 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 como disciplina, la Educación Física ha construido diferentes discursos e imaginarios en relación a las necesidades de prácticas corporales de las personas. En la actualidad, la Educación Física en el sistema educativo bonaerense sitúa en el centro del proceso educativo el desarrollo de los saberes corporales y motrices de los estudiantes.

En continuidad con la propuesta del Ciclo Básico los contenidos se organizan en tres ejes sobre los que el sujeto construye su modo de ser y de actuar corporal. Estos son: 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 en éste–.

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, la recreación activa y la inclusión de todos los sectores sociales, grupos y sujetos en las prácticas que sostiene.

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.

### La corporeidad humana

En este núcleo temático se presenta un abordaje que les permitirá a los estudiantes comprender la construcción de distintos imaginarios sobre el cuerpo en momentos significativos de la historia humana hasta llegar a la concepción posmoderna, explicitada en el núcleo 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 de cada 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 en relación a sus circunstancias, contexto de vida y su propia filosofía, determina cómo quiere vivirlo, imaginarlo, conformarlo, utilizarlo y desarrollarlo.

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 el tema que implican diferentes consideraciones y tratamientos del cuerpo que los estudiantes necesitan identificar y resignificar.

## Los ejes y sus contenidos

### 1. Corporeidad y motricidad

El desarrollo de este eje posibilita que los estudiantes profundicen prácticas y saberes que impactan en su constitución corporal y motriz e inciden en la constitución de su identidad, ya que la corporeidad y la motricidad son dimensiones significativas de la misma.

La dimensión corporal se va construyendo a lo largo de la existencia en consonancia con la vida de cada sujeto. Toda acción motriz representa un compromiso íntegro del sujeto que en determinada situación interactúa con el mundo, por lo tanto su abordaje no puede limitarse a la consideración reducida de ejercicios, técnicas o evaluación de rendimientos motores.

En este proceso de constitución corporal se hace necesario que el docente propicie en los estudiantes la asunción de posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo, en función de sus intereses personales. Para ello, la materia propone la recuperación de imaginarios y prácticas motrices experimentadas por los estudiantes y promueve nuevos aprendizajes para su constitución corporal.

En este ciclo de tres años se propondrá a los estudiantes el aprendizaje de los principios, métodos y tareas para que puedan abordar en forma autónoma y a lo largo de toda su vida, el desarrollo y cuidado de su constitución corporal.

Es importante señalar que en esta materia se tratará con particular énfasis el eje *Corporeidad y motricidad* y sus núcleos "constitución corporal" y "conciencia corporal". Uno de los principales objetivos de enseñanza de esta materia es contribuir a 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.

### 2. Corporeidad y sociomotricidad

En este eje se propone que los estudiantes realicen experiencias sociomotrices a partir de la construcción de prácticas gimnásticas con apoyo mutuo y de la participación en juegos de-

portivos en forma introductoria, contribuyendo de este modo a su proceso de constitución corporal. Este eje se despliega con mayor amplitud y variación de contenidos en la materia "Prácticas deportivas y atléticas".

### **3. 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 del ambiente.

# ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

## 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 y sus representaciones acerca de estas prácticas), la atención a los emergentes, las relaciones vinculares, las formas de comunicación entre docentes y estudiantes y de estudiantes 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.

## La Educación Física basada en la comprensión del hacer corporal y motor

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

Además, se trata 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.

A continuación presentamos una secuencia didáctica a modo de ejemplo.

- Realizar una presentación de las prácticas corporales conocidas por los integrantes del grupo para el desarrollo de su constitución corporal.
- Ponerlas en común, señalando los diferentes aspectos motrices que deben ser tenidos en cuenta para que produzcan los efectos buscados.
- Generar situaciones de prácticas compartidas con co-evaluación de la realización de las tareas motoras y corrección mutua.
- Disponer de materiales de lectura sobre los principios de entrenamiento que fundamentan las distintas prácticas.
- Solicitar al grupo que, a partir de los saberes revisados y la fundamentación considerada, organicen una secuencia de prácticas que posibiliten, por ejemplo, el desarrollo de la fuerza rápida en distintos grupos musculares, con una selección particular de las que consideran que el grupo necesita.

## Lectura, comunicación y estudio en Educación Física y corporeidad<sup>1</sup>

En las clases de Educación Física y corporeidad se abordarán los tres núcleos temáticos propuestos. El proceso de apropiación de los contenidos presentados en cada núcleo requiere que el docente proponga diversas situaciones de lectura, comunicación y estudio.

A modo de ejemplo, para la enseñanza del primer núcleo se recomienda partir de la realización de prácticas corporales y motrices, propiciando que los estudiantes reflexionen acerca de cómo las perciben, las sensaciones que experimentan, cómo las comprenden y de qué manera comunican su experiencia en esas prácticas. Por ejemplo, se puede invitar a los estudiantes a reflexionar acerca de momentos significativos en su biografía corporal y motriz y establecer puentes entre estos momentos y las concepciones existentes de la Educación Física. En esta ocasión puede ser de mucha utilidad la incorporación de textos escritos que enriquezcan la reflexión y la apropiación de saberes específicos. Se propone entonces habilitar un itinerario en el cual los estudiantes partan de sus prácticas motrices, se interroguen sobre las mismas, accedan a textos bibliográficos y vuelvan sobre sus prácticas, en un recorrido espiralado entre la práctica, la teoría y la práctica.

Algunas actividades posibles son:

- 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;
- leer textos narrativos y observar videos donde se aborde la relación del hombre y sus prácticas con el ambiente.

### 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 y que favorezcan 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

En este proceso se propone a los estudiantes experimenten sus posibilidades, exploren sus capacidades motrices, conozcan sus fundamentos y proyecten sus avances buscando rangos de exigencia significativos en función de sus necesidades e intereses. Esto supone dejar atrás un modo de enseñar en el cual el docente "dicta" los ejercicios a realizar, determina la cantidad

<sup>1</sup> Para profundizar en esta orientación se sugiere la lectura del *Diseño Curricular para la Educación secundaria de 4º año. Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2010.

de series a realizar para todos igual, además de la manera de ejecución de cada ejercicio y evalúa las modificaciones orgánicas tomando como referencia patrones externos. Se pretende entonces buscar un equilibrio que implique trabajo personalizado y a la vez colectivo, donde los estudiantes crezcan en autonomía, fundamentándose en el conocimiento teórico que le brinda el docente. Y si bien las acciones motrices pueden ser sencillas desde el punto de vista técnico (debido a la adaptación de las mismas a las condiciones de infraestructura y a la escasa disponibilidad de materiales con que se cuenta en general) sus fundamentos, reglas y principios deben ser motivo de estudio y recuperación en las clases.

## La conciencia corporal

La intervención pedagógica debe propiciar en los estudiantes el despliegue de su conciencia corporal en dos dimensiones. Una de ellas se vincula con la biografía corporal que cada estudiante fue estructurando en su recorrido por diversas experiencias corporales y motrices, reconociendo sus posibilidades y limitaciones en este saber de sí. Una segunda dimensión se orienta al tratamiento de la conciencia corporal en el aquí y ahora del sujeto, su imagen corporal, su postura, sus movimientos globales, segmentarios, disociados, sus capacidades, su modo de ser en el mundo, entre otros aspectos. Una variante de esta segunda dimensión consiste en el tratamiento didáctico de la conciencia corporal cuando se realiza en conjunción con otros contenidos.

Ambas dimensiones se tratan de modo articulado. Por ejemplo puede pedirse a los adolescentes que relaten una clase de Educación Física de años anteriores. Puede analizarse luego qué experiencia corporal y motriz se promovía en esas clases. ¿Qué espacios había para un trabajo corporal consciente? ¿Qué se aprendía? ¿Qué saberes acerca la propia disponibilidad motriz circulaban? ¿Cómo se intervenía frente a las diferencias?

A partir de recuperar estas experiencias se presentan en la materia nuevos desafíos para la conciencia corporal en un trabajo de asistencia y ayuda mutua. Se puede proponer a los estudiantes que organizados en parejas, uno de ellos ejecute determinada acción motriz y el otro analice la postura y el desarrollo de esa ejecución para luego hacerle aportes para su mejora. Luego, ambos compañeros pueden avanzar en el armado conjunto de secuencias personales de prácticas motrices para la constitución corporal con base en principios de salud, individualización, recuperación y utilidad.

Se busca contribuir a que el alumno asuma posiciones críticas respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo, para mejorar sus procesos de autoconciencia y estima de sí.

## La planificación de la enseñanza<sup>2</sup>

Planificar las clases de Educación Física y corporeidad desde el enfoque que presenta el Diseño Curricular implica tener en cuenta lo siguiente.

<sup>2</sup> La orientación didáctica para planificar la enseñanza de Educación Física y corporeidad comparte criterios comunes a la correspondiente orientación didáctica de la materia Educación Física de 4° año del Ciclo Común de la Escuela Secundaria. DGCyE, *Diseño Curricular de 4° año de ES*. Educación Física. La Plata, DGCyE, 2010.

- Tener como premisa el diálogo entre la práctica y la teoría al momento de planificar las clases.
- Construir acuerdos con el docente de Prácticas deportivas y atléticas y con los profesores de las otras materias para realizar por ejemplo: muestras gimnásticas, carreras masivas, encuentros deportivos, campamentos, entre otros.
- Organizar la planificación seleccionando alguna o algunas de las siguientes modalidades: unidades didácticas, unidades temáticas y proyectos. Priorizando estos últimos donde los estudiantes se impliquen en la construcción, la selección de contenidos y actividades, la gestión, con roles protagónicos que culminen con un producto final. En todos los casos lo planificado debe 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. Por ello el docente deberá desplegar estrategias didácticas acordes a las necesidades del grupo, a las características de los contenidos y al contexto en que se desarrollarán.
- Diseñar las propuestas de enseñanza con unidad de sentido sosteniendo la coherencia interna de los diferentes componentes.
- Incluir entre las modalidades seleccionadas proyectos didácticos. Por ejemplo "El Gimnasio en la escuela" se trata de un proyecto articulado con Prácticas deportivas y atléticas que supone la elaboración y práctica por parte de los estudiantes de secuencias de trabajo personalizado para el desarrollo de capacidades motrices, acordes a cada práctica deportiva y atlética. Estas secuencias se presentarán en forma escrita al concluir el año.

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, actividades de aprendizaje y propuestas de evaluación de inicio, formativa y final.

## 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 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 de forma integrada en las propuestas pedagógicas.

## Las estrategias de enseñanza

Se concibe como estrategia de enseñanza al conjunto de 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.

# ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN

La evaluación en Educación Física y corporeidad debe guardar coherencia con el enfoque para la enseñanza desarrollado y vincularse con los objetivos de aprendizaje

Se debe proponer un abordaje de la evaluación que atienda a la complejidad de los aprendizajes motrices. Esto supone evaluar aspectos socio-afectivos, perceptivos, sensibles, cognitivos y motrices específicamente.

La evaluación de los aprendizajes motores y su impacto en la constitución de la corporeidad de los estudiantes supone un proceso complejo, continuo y sistemático, integrado y coherente con el proceso de enseñanza, que permite obtener información acerca de sus actuaciones motrices, los sentidos y conceptos que construyen acerca de las mismas. A partir de esta información se pueden emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas.

La propuesta de evaluación debe comprender una instancia en el inicio de una secuencia didáctica, una instancia en el transcurso y otro momento destinado a la evaluación al finalizar. Es necesario distinguir dos niveles en la evaluación de los aprendizajes de los estudiantes. Uno de los niveles focaliza en cada unidad didáctica o proyecto que se desarrolla a lo largo del año y el otro considera el recorrido anual en el cursado de la materia. Ambos niveles deben interrelacionarse evitándose la fragmentación de las propuestas pedagógicas planificadas.

Si bien el docente es el principal responsable de la evaluación, los estudiantes deben intervenir en acciones de coevaluación y autoevaluación, para posibilitar la formación de sujetos reflexivos, críticos y autónomos.

Es necesario reconocer, junto con los estudiantes, los saberes previos acerca de su disponibilidad corporal y motriz, la de los otros, las representaciones sobre la Educación Física, sus contenidos y el sentido de esta materia para su desarrollo personal, tanto en lo referente a la salud como al uso de su tiempo libre, entre otros.

La evaluación recopila información acerca de los saberes previos, del recorrido de enseñanza y aprendizaje realizado y de los logros obtenidos al finalizar el ciclo lectivo, lo que permite:

- compartir apreciaciones acerca de avances, procesos y resultados;
- revisar y ajustar estrategias de enseñanza;
- incentivar a los estudiantes para construir nuevas propuestas.

La evaluación final tiene la intención de contrastar los logros alcanzados al término de una etapa con los objetivos previstos, considerando los saberes corporales y motrices previos, conjuntamente con las representaciones que se disponían al inicio de clases en cada contexto. Estas conclusiones son útiles a la hora de tomar decisiones de acreditación y promoción de la materia.

En esta materia la evaluación deberá tener en cuenta lo siguiente.

- Las acciones motrices observables
- Los principios y secuencias de tareas motrices para la constitución corporal.



- Las actitudes emocionales y éticas que se despliegan en esas acciones motrices.
- La comprensión de la concepción de Educación Física y sus contenidos explicitados en la materia.
- Las representaciones e imaginarios constituidos en torno a la corporeidad.
- La resolución de situaciones y problemas presentados.
- La interrelación con sus pares al momento de aprender.

*Se excluye de este Diseño Curricular un recorte reduccionista desde el que se evalúa la calidad de las habilidades motrices y el rendimiento orgánico de manera descontextualizada y tomando como referencia modelos externos de comparación.*

“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 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”.<sup>3</sup>

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 y corporeidad: 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 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”.<sup>4</sup>

Un posible ejemplo consiste en proponer a los estudiantes una clase donde se realice una puesta en común de las secuencias de tareas motrices para la constitución corporal que han producido en grupos pequeños. Luego de la puesta en común intercambian apreciaciones sobre lo producido. Al finalizar se da a los alumnos un instrumento de autoevaluación que han construido con el docente al inicio de este proyecto con preguntas orientadoras:

<sup>3</sup> DGCyE, *Diseño Curricular de 4° año de la es. Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2010.

<sup>4</sup> *Ibidem*.

- ¿Qué aprendieron?
- ¿Cuáles son los principios para el desarrollo de las capacidades?
- ¿Qué capacidades pretendieron desarrollar en las secuencias de tareas elaboradas?
- ¿La secuencia se corresponde con el diagnóstico que habían realizado al comienzo?
- ¿De qué manera lo realizado en esta secuencia puede servirles para su vida cotidiana o para la práctica deportiva?
- ¿Perciben que estas tareas han producido alguna mejora en sus desempeños motores? En caso afirmativo, describirlas.
- ¿Qué sensaciones fueron experimentando a lo largo del proyecto?

Otro posible ejemplo consiste en evaluar el análisis crítico contenido en una producción escrita, elaborada por los estudiantes, acerca de determinados acontecimientos deportivos en la cultura.

## BIBLIOGRAFÍA

- Aisenstein, Ángela, "En el templo del saber no sólo entra el espíritu. Aprendiendo a poner en cuerpo", en Gvirtz, Silvina (comp.), *Textos para repensar el día a día escolar*. Buenos Aires, Santillana, 2000.
- Bracht, Valter, *Educación Física y aprendizaje social*. Córdoba, Vélez Sarsfield, 1996.
- Devis Devis, José, *Educación Física, deporte y currículum*. España, Visor, 1996.
- DGCyE, *Diseño Curricular para 4º año de ES. Educación Física*. La Plata, DGCyE, 2010.
- — —, *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.
- — —, *Hacia una mejor Educación Física en la escuela*. La Plata, 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, Liliana, *El cuerpo en la escuela*. Buenos Aires, Tiempos Editoriales, 1997.
- Gómez, Jorge, *La Educación Física en el patio*. Buenos Aires, Stadium, 2002.
- Gómez, Raúl, *El aprendizaje de las habilidades y los esquemas motrices en el niño y el joven*. Buenos Aires, Stadium, 2000.
- Morris, Desmond, *El mono desnudo*. Barcelona, Plaza & Janés, 1980.
- Sennet, Richard, *Carne y piedra*. Madrid, Editorial Alianza, 1996.
- 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.