

AUTORIDADES PROVINCIALES

Gobernador  
Dr. Pablo Verani

Ministerio de Educación y Cultura  
Ministra  
Ana K. de Mázzaro

Vocales  
Blanca E. Moyano  
Mabel Blázquez de García  
Juan C. Carreño

Directora General de Educación  
Blanca E. Moyano

Director de Nivel Primario  
José Manuel Silva

Directora de Enseñanza Privada  
María Irene Manterola

Directora de Gestión Curricular  
Nora Violeta Arbanás

Dirección de Gestión Curricular

Coordinación  
Nora Violeta Arbanás

Colaboración Técnica  
Sergio Galván  
Ana Caro  
Marcela Thorp  
Marcela Autunno

INDICE

“Diseño Curricular - 7° año E.G.B.”  
Educación Física

1. Fundamentación	5
2. Encuadre Didáctico	6
2.1. La Educación Física en el séptimo año de la E.G.B.	6
2.2. Propósitos	8
2.3. Contenidos	8
2.4. Consideraciones metodológicas	9
2.5. Evaluación	11
3. Organización Curricular de los Contenidos	14
3.1. Sub-eje organizador	15
3.2. Ideas Básicas	16
3.3. Caracterización de los ejes temáticos	16
3.4. Contenidos actitudinales	24
3.5. Contenidos procedimentales	25
3.6. Cuadros de contenidos	26
3.7. Lineamientos de Acreditación	29
4. Bibliografía	30

Especialista Disciplinar

Néstor Hernández

## PRESENTACIÓN

Un currículum es más que un documento escrito, es ante todo un proyecto cultural, social y educativo, es una forma de organizar un conjunto de prácticas educativas.

Estas consideraciones constituyeron uno de los puntos de partida del proceso de construcción curricular iniciado en la provincia en el año 1990, como así también de las adecuaciones curriculares producidas a partir de 1995. Ambos procesos generaron la participación crítica de los docentes.

El diseño curricular producido en el año 1990 (Proyecto Curricular de Educación Elemental Básica para el Nivel Primario) fue el resultado del trabajo fecundo de seis comisiones regionales que representaban a todos los docentes de la provincia, como así también de una comisión integrada por profesores disciplinares. Aquéllas propusieron para el nivel los fines y objetivos de la educación y acordaron las concepciones y procesos que debían estar en la base de la propuesta curricular, componentes que denominados marco teórico, hacen a la estructura profunda de dicha propuesta curricular. En coherencia con esa intencionalidad pedagógica los profesores disciplinares avanzaron en los fundamentos, propósitos, contenidos, metodologías de enseñanza y de aprendizaje como así también en alternativas de evaluación, es decir en lo que Contreras Domínguez denomina la estructura superficial de un currículum.

En el año 1995 y dada la aprobación de los Contenidos Básicos Comunes se inició un proceso de revisión crítica del Proyecto Curricular, proceso al que, por sus características se denominó de adecuación curricular. Es así como:

- se ratificó el marco teórico con sus concepciones de hombre, sociedad, educación, conocimiento, aprendizaje, enseñanza, ...propuesto por las comisiones docentes en el año 1990;
- un equipo de profesores disciplinares constató la presencia y actualización de los contenidos previstos para cada área y disciplina del Proyecto Curricular como así también la necesidad de incorporar otros.

A medida que se fue avanzando en este proceso de revisión curricular se abrieron espacios para la consulta. La pertinencia de las observaciones y sugerencias docentes producidas en los diversos espacios institucionales permitió aumentar la inteligibilidad del citado proyecto curricular, ratificar la pertinencia de sus fines y objetivos y la consideración de las prácticas áulicas en contextos singulares y heterogéneos.

Primero como innovación curricular, luego como revisión crítica, el diseño curricular para el nivel refleja ante todo el espíritu con el que se construyen los mismos en la provincia: libertad, criticidad, intencionalidad profundamente pedagógica y preocupación auténtica por los alumnos y su futuro.

En el presente documento curricular se podrán reconocer como fuentes, el proyecto Curricular de Educación Elemental Básica para el Nivel Primario, el Diseño Curricular para el 1° y 2° ciclo de la E.G.B. como así también la Versión preliminar para el tercer ciclo de la E.G.B. y como dice Salinas Fernández "...sea como proyecto cultural, sea como realidad o cruce de prácticas de diversa índole, sea como conjunto de relaciones interpersonales, sea como conjunto de relaciones institucionales, sea como conjunto de objetos e instrumentos por utilizar en dichas relaciones, puede y debe ser analizado, interpretado y, por supuesto, mejorado...".

# 1

## FUNDAMENTACIÓN

---

El lugar que se le dio al cuerpo no fue el mismo con el correr de los años, pues la concepción filosófica dualista que durante mucho tiempo influyó sobre la cultura occidental, incidió en la Educación Física escolar

De la división cuerpo-mente (con subvaloración de lo corporal) aparece la idea de cuerpo objeto que tiene valor por su utilidad, sin pensar en un enfoque integrador del individuo.

Es en la búsqueda de un sentido renovador que la Educación Física parte de la necesidad de revisar la idea de cuerpo y apoyar un sentido de hombre integral, pasando de cuerpo objeto a cuerpo propio, modificando substancialmente la forma de abordarlo apuntando a un desarrollo total y equilibrado del individuo, vehículo de expresión y comunicación.

"La Educación Física quiere poner en juego junto con la actividad corporal, el intelecto y las fuerzas expresivas". Cagigal.

Si entendemos que el hombre es una totalidad, que las áreas cognitiva, psicomotriz y socioafectiva actúan simultáneamente, podemos decir que la Educación Física es educar al ser humano a través de su cuerpo en movimiento. Un cuerpo-movimiento inseparables, pilares fundamentales de todas las manifestaciones humanas que están en la base de todo aprendizaje, de toda educación.

"La persona se manifiesta a través y con su cuerpo, pero esas mismas manifestaciones-emociones, sentimientos -pensamientos- son parte de ese cuerpo. El Yo implica el hacer, el saber, el pensar, el sentir, el comunicar y el querer, y no hay un ser humano sin la unidad de estos seis aspectos." Trigo y Colaboradores (1999) citado por Trigo (2000).

Pero la Educación Física además opera en lo colectivo y se construye socialmente, porque esencialmente es trabajo en y con grupos y en este terreno lo actitudinal aparece con real relevancia: respeto, cooperación, solidaridad, comunicación, compartir, actitudes que necesitan de la formulación, aceptación y cumplimiento de normas.

"Este planteo se hace desde una motricidad libre de estereotipos, buscando creatividad, plasticidad, recreación de movimientos para un alumno que sepa manejar su cuerpo como propio. El hombre por su naturaleza humana puede comunicarse y planificar su accionar a través de distintos lenguajes. El movimiento corporal es un lenguaje, una manera privativa de manifestarse." (Jean Le Boulch).

La posibilidad de desarrollar nuevos aprendizajes en el campo expresivo deportivo o de la salud, en pos de un mejoramiento de la calidad de vida, depende en gran medida de las oportunidades que le brinde la educación física escolar a sus alumnos.

# 2

## ENCUADRE DIDÁCTICO

---

### 2.1. La Educación Física en el séptimo año de la E.G.B.

En este año se relacionan: por un lado la riqueza motriz que el joven debe traer de los años anteriores y por otro el inicio de ciertos cambios corporales propios de la preadolescencia, con un adelanto manifiesto en las niñas. Estos aspectos que interactúan en forma permanente deben ser tenidos en cuenta a la hora de caracterizar la disciplina.

El cuerpo, único e irreplicable demanda ser explicado y contenido desde la escuela.

La Educación Física tiene un rol clave con relación al conocimiento y la toma de conciencia respecto a los cambios corporales que se producen porque en la práctica es en donde se resuelven situaciones cada vez más complejas.

En este desarrollo que esta viviendo, el preadolescente debe adquirir y comprobar progresivamente, una relación inteligente con su propio cuerpo, su propia capacidad de hacer, en relación con los demás y el mundo que lo rodea.

Es fundamental proponer actividades teniendo en cuenta sus intereses y necesidades inmediatas, motivándolos a reflexionar sobre la propia práctica, lo que les permitirá explicar tanto las mismas como los resultados obtenidos y encontrar satisfacción en sus logros y los del grupo.

Los alumnos del séptimo año transitan por un período que para algunos autores como Meinel (1988) es entendido y denominado como

"Fase de la mejor capacidad de aprendizaje motor durante la niñez."

Esta disponibilidad, sensibilidad, plasticidad e interés social en el aprendizaje de habilidades motoras específicas, deberá ser acompañado por una intencionalidad pedagógica formativa que la Educación Física Educativa está en condiciones de garantizar.

Se debe posibilitar en todo momento que los alumnos afiancen e incrementen su grado de disponibilidad corporal frente a las acciones motrices.

La adquisición progresiva del esquema corporal que se ha logrado en años anteriores, le permitirá poner en juego esa disponibilidad y operatividad corporal real, con representación mental de las acciones en forma individual y colectiva.

Lo que ahora aparece como posibilidad de aprendizaje deportivo es una proyección y superación de los contenidos correspondientes a los ejes del ciclo anterior desarrollo perceptivo motor y juegos motores, base sobre la cual se articulan los nuevos aprendizajes que se presentan a partir del eje los deportes.

Las tareas motoras y situaciones deportivas planteadas para el séptimo año, como encuentros, o competiciones deportivas, deben asegurar que en la medición con el otro, prime el cumplimiento de objetivos formativos que se han propuesto para el grupo y que la valorización por el progreso individual y colectivo esté por encima de cualquier actitud agresiva o inadecuada hacia sus compañeros o adversario.

“El valor físico y la calidad de la Motricidad operativa, son los mayores determinantes de la situación del niño en el grupo de sus semejantes”. Le Boulch (1997).

Esta necesidad de reconocimiento del otro es una manifestación característica en los alumnos del séptimo año y se puede observar en muchas ocasiones como una actitud de superación hacia sus compañeros.

“Abogar por la competición como un proceso, es decir, valorar la participación, la mejora del propio rendimiento, el contacto cooperativo con compañeros, la visión del adversario u oponente como un medio facilitador de la propia progresión, en contraposición de la competición como producto, lo que implica por encima de todo valorar solo la victoria, el premio la superioridad y la arrogancia y ver al oponente como un enemigo al que hay que destruir.” J. L. Antón García (2000).

El Deporte será considerado a partir de ahora como un eje fundamental. Los Juegos Motores considerados en primero y segundo ciclo posibilitaron aprendizajes que iniciaron a los alumnos en la práctica de todos los deportes. Y si bien los contenidos que albergan los Juegos Motores se van complejizando en él o los diferentes deportes, bueno es rescatar el espíritu lúdico del mismo, en este año y en los siguientes.

La estimulación adecuada de las capacidades motoras se basará en los principios del entrenamiento óptimo evolutivo, es por ello que desde la formación física, se debe poner una intencionalidad pedagógica en el desarrollo de la salud corporal integral.

La educación física no se agota en las posibilidades deportivas, su sentido es mucho más amplio y su proyección intenta promover un estilo de vida con beneficio permanente, es por ello que tanto los aspectos relacionados con las prácticas corporales cotidianas, salud corporal postural, las habilidades expresivas como el contacto con la naturaleza, serán una constante en la selección de contenidos respetando los intereses y posibilidades del desarrollo integral de los alumnos.

Finalmente un párrafo para hacer mención a la necesidad de atender la diversidad. El trabajo con el cuerpo y el movimiento coloca a los alumnos frente a sus propias posibilidades de acción.

Intervenir desde una amplia experiencia motriz y deportiva, o viceversa, sentirse limitado por no contar con ella, o tener capacidades diferentes, provoca en los alumnos actitudes, que en ocasiones son de omnipotencia o frustración.

En cada clase se debe ofrecer a los alumnos la posibilidad de desarrollar sus potencialidades de acuerdo con sus propias posibilidades y no conforme a un baremo más o menos universal (Ander-Egg 1995).

Es decir que se debe garantizar un espacio para todos y no sólo para los más dotados.

## 2.2. Propósitos

La enseñanza de la Educación física par el séptimo año tiene como propósito desarrollar en los alumnos capacidades que les permitan:

- § Participar en actividades corporales y motrices, en la naturaleza y al aire libre en forma autónoma y sistemática en pos de un mejoramiento de la salud y calidad de vida.
- § Adquirir un dominio de las habilidades motoras específicas y de ciertas habilidades perceptivas que le permita resolver situaciones táctico cognitivas básicas de cada deporte en lo individual y colectivo.
- § Participar en variadas propuestas deportivas, de acuerdo a la realidad de cada región y escuela, aplicando reglas y fundamentos técnico-tácticos particulares de cada deporte como una necesidad que surge de la misma práctica para lograr mayor efectividad.
- § Disponer de conocimientos básicos referidos a la formación corporal-postural, control respiratorio y relajación muscular que le posibilite generar hábitos de buena postura en situaciones estáticas y dinámicas.
- § Adquirir un dominio de las capacidades coordinativas participando de tareas motoras, juegos y deportes con acento en la variabilidad y multilateralidad que le permitan controlar y ajustar su conducta motriz frente a la diversidad de tareas motoras abiertas o cerradas, sean éstas de carácter lúdico recreativo, expresivo deportivo o relacionadas con la naturaleza y el medio ambiente.
- § Adquirir conocimientos básicos del desarrollo de las capacidades condicionales que le permitan relacionar el grado de formación física con la disminución de ciertos factores de riesgo que afectan el estado de salud y la calidad de vida.

## 2.3. Contenidos

Con la palabra contenidos se designa al conjunto de saberes o formas culturales cuya asimilación y apropiación por parte de los alumnos se considera esencial para su desarrollo y socialización (Coll C. 1995).

De manera general se puede decir que se trata de todo lo que se enseña a los alumnos en las clases de Educación Física y que éstos por lógica tienen que aprender.

Los contenidos pueden ser: conceptos, valores, normas, procedimientos.

Esta categorización responde a tres intenciones claras: que los alumnos asimilen conceptos, que aprendan a hacer, y que desarrollen determinadas formas de hacer y de pensar.

Los conceptos hacen referencia al saber. En Educación Física se pueden dar los siguientes ejemplos: la estrategia como plan para resolver el juego, el deporte como institución, jugadores, roles, capacidades condicionales y coordinativas, etc.

Los procedimientos hacen referencia al saber hacer. Coll C. 1995, los define como el conjunto de acciones ordenadas, orientadas a la consecución de una meta. Para identificarlos se utilizan términos tales como: destrezas, técnicas, estrategias.

A continuación se acercan los siguientes ejemplos: exploración y comparación de estrategias de juego, participación en competencias deportivas internas y con otras escuelas, exploración de puestos, funciones y su relación con situaciones, roles y ubicaciones en el equipo.

En Educación Física los procedimientos han ocupado un papel preponderante, pero es intención de este curriculum poner las tres categorías al mismo nivel.

Los contenidos actitudinales hacen referencia al aprender a ser. Son los que tiene por finalidad el desarrollo de la persona para la vida en la sociedad, como por ejemplo: el respeto por los demás, el compartir etc.

Los contenidos para el séptimo año se articulan y procuran ser trabajados en las tres dimensiones explicitadas anteriormente, abordándose en forma espiralada desde el eje y entre los ejes temáticos, atendiendo a las características del grupo, su diversidad, intereses y necesidades.

Todos los contenidos explicitados en este curriculum son abarcativos de muchos otros que de hecho el docente deberá incluir de acuerdo a la realidad de la escuela y la comunidad en donde trabaja.

Los contenidos del séptimo año continúan siendo trabajados en los siguientes años pasando a estar incluidos en otros de mayor complejidad.

## 2.4. Consideraciones metodológicas

El proceso de aprendizaje motor, considerado como cambios relativamente permanentes en la conducta motora, está basado en gran medida en la habilidad que posee el alumno en el tratamiento de las informaciones.

La competencia progresiva en el dominio de dichas informaciones, está directamente relacionado con las fases del aprendizaje motor durante las cuales el alumno tiene la oportunidad de vivenciar ricas y variadas situaciones que le facilitan el proceso y progresivo avance en el dominio y regulación de la conducta motora.

“El profesor deberá presentar la información utilizando los canales de captación de información que los alumnos poseen, para contribuir a que comprendan los objetivos de la tarea y elaboren su plan de acción.”  
L.M. Ruiz Pérez (1994).

El docente deberá contemplar en todo momento, cuál es la fase del aprendizaje motor por la que transitan sus alumnos, para poder instrumentar estrategias metodológicas que faciliten el dominio de la conducta motora a aprender.

En todo aprendizaje motor participan en mayor o menor medida mecanismos perceptivos, cognitivos, de ejecución y de control. El grado de compromiso que la tarea motora exige en cada uno de estos mecanismos, permite diferenciar a aquellas tareas que dependen exclusivamente de información interna, de otras que necesitan corroborar en forma permanente la situación del contexto recurriendo a la información externa.

Las tareas motoras que dependen de circuitos de retroalimentación interna para su ejecución y control pueden clasificarse como tareas motoras cerradas. Este tipo de tareas exige el dominio de informaciones propioceptivas que provienen de analizadores especializados y se desarrollan en medios habituales sin modificaciones externas que condicionan su ejecución.

Aquellas tareas motoras que dependen constantemente de informaciones externas, se las puede clasificar como tareas motoras abiertas y son todas aquellas tareas motoras que necesitan una renovación constante de los datos contextuales para poder ajustar y programar las acciones motoras en función de la situación y exigencia del medio.

El análisis de la tarea motora es un instrumento que le permite al docente mantener una relación de coherencia didáctica entre las fases del aprendizaje motor por las que atraviese el alumno, la característica de la tarea motora a enseñar, el grado de complejidad y las exigencias solicitadas por el deporte real.

La propuesta didáctica metodológica del docente deberá tener en cuenta tanto la característica de la tarea, como el nivel de complejidad que exige su desarrollo.

Es imprescindible que el docente contemple que la tarea puede presentar dificultades para su aprendizaje y que debe disponer constantemente de alternativas que ajusten la complejidad con tareas de mayor o menor dificultad sea esta de carácter perceptivo cognitivo, socioafectivo, como de ejecución y control.

“La condición de todo aprendizaje motor es el estado de las disposiciones psicomotrices previas y la existencia de un entorno humano y material favorable.” R. H. Gómez (2000).

El análisis permanente en las prácticas cotidianas, posibilitará la adecuación de la tarea motora respetando el nivel motor real del alumno, es decir sus estructuras previas y favorecer el paso de la zona de desarrollo próximo a la zona de desarrollo potencial.

La variabilidad en la práctica debe ser un componente indispensable en las clases de educación física, los parámetros de variación recaerán sobre aspectos perceptivos, cognitivos, de ejecución y control. Los componentes sociomotrices no escapan a esta regla entendiendo que la manifestación de la conducta motora representa la totalidad del ser humano y que cada situación en la clase de Educación Física está mediatizada y construida sobre la base de relaciones interpersonales sustentado social de expresiones grupales y colectivas.

Schmidt, citado en Ruiz Pérez (1998) entiende que el aprendizaje motor, no significa el almacenamiento de patrones motores específicos o formas específicas de movimientos. Considera que cuando el alumno aprende una nueva habilidad motriz, solo recurre a un programa motor general ya adquirido sobre el cual ajusta y configura una nueva síntesis de parámetros que surgen de las nuevas informaciones del contexto. Esta síntesis de situaciones vivenciada es desencadenada por cuatro canales de información que Schmidt define como: condiciones iniciales de la acción, consecuencias sensoriales de la acción, especificación de la

respuesta, resultados obtenidos en las acciones y se guarda como síntesis de esa nueva experiencia motriz. Es decir el alumno no almacena en su memoria cada uno de los movimientos en forma particular y precisa, se almacenan formas generales de movimientos, que ante una nueva situación son requeridos y modificados en función de las circunstancias y exigencias de la tarea.

Los alumnos que tengan mayor posibilidad de vivenciar prácticas motoras variables ampliarán su campo de experiencias, su historia perceptivo motriz se verá beneficiada y de esta forma podrán almacenar muchas síntesis de informaciones provenientes de los cuatro canales mencionados por Schmit.

La variabilidad de las prácticas motrices beneficia la habilitación de nuevos circuitos neuromotores, aumenta la habilidad en el dominio de informaciones, amplía las posibilidades de respuestas ante la variación de los parámetros contextuales, elevan el nivel de prestación motriz de las capacidades coordinativas y por consiguiente aumenta la capacidad de aprendizaje motor de los alumnos.

Bajo este análisis es bueno mencionar que el proceso de aprendizaje de los deportes deberá tender a desarrollar las habilidades motoras específicas propias de cada deporte bajo los principios de variabilidad y multilateralidad, respetando en todo momento la totalidad del ser humano de modo que todas las áreas estén comprometidas para alcanzar el dominio de aquellas habilidades que serán requeridas para resolver nuevas situaciones motoras.

La etapa de estructuración espacio temporal por la que transitan los alumnos en el séptimo año permite una anticipación mental operativa que posibilita ajuste programación y reprogramación permanente frente a las modificaciones del medio; la educación física del séptimo año, favorecerá prácticas motoras y deportivas que habiliten esa disponibilidad corporal.

Las prácticas de la Educación Física propenderán en todo momento a mejorar la calidad de vida, por lo que los principios de mejoramiento y preservación de la salud deberán ser una constante en la presentación y desarrollo de los contenidos.

La estimulación de las capacidades condicionales, debe ser lo suficientemente llevadera y motivante de tal forma que su ejercitación no signifique un sacrificio que es impuesto y aceptado solo desde los postulados conceptuales y beneficios que otorga al mantenimiento de la salud.

Para poder lograr una disposición plena, los profesores tendrán que implementar estrategias metodológicas que integren necesidades, intereses, conceptos, procedimientos y actitudes.

El nivel de concientización en el alumno se verá favorecido por situaciones variadas tanto en la estructura de clase, como en la alternativa y diversificación de las tareas que pongan en juego las capacidades condicionales.

## 2.5. Evaluación

La evaluación es una actividad más del proceso de enseñanza-aprendizaje más en el gran marco que supone toda acción educativa. Es un proceso permanente que posibilita al docente hacer ajustes en lo metodológico y curricular y acreditar al alumno, es decir poner una nota al finalizar un proceso.

En la evaluación del proceso de aprendizaje de los alumnos, se debe tener en cuenta tanto sus progresos como sus dificultades, estas últimas influirán en los ajustes que el docente debe realizar: a las tareas programadas, a las intervenciones didácticas previstas, etc. En suma tanto los progresos como las dificultades permitirán al docente ratificar y/o rectificar la marcha del proceso de enseñanza aprendizaje.

La información obtenida a partir de la acción evaluadora permite planificar la enseñanza medir la eficacia del proceso de aprendizaje y al fin conseguir mayores resultados al finalizar la etapa.

En Educación Física la evaluación no ha de reducirse a la medición y cuantificación del rendimiento sino que se debe de partir de los conocimientos previos del alumno para evaluar el proceso y los resultados obtenidos en función de ese inicio. En este contexto el error no es sancionado sino que es la señal para elaborar nuevas estrategias a fin que el alumno haga los ajustes pertinentes.

Evaluar no sólo implica medir los conocimientos, habilidades o competencias adquiridas Si no todos los aspectos que son relevantes en un proceso formativo como actitudes y formas de resolución de distintas situaciones planteadas. Por ejemplo, es tan importante a la hora de evaluar, el cumplimiento de una norma de juego como la correcta realización del mismo. La evaluación debe ser pensada y diseñada lo más continua posible, de acuerdo al eje, ideas básicas, propósitos, contenidos. Cada actividad se puede y deberá convertir en un aspecto a evaluar. Por eso es aconsejable diseñar alguna manera de registro, que al mismo tiempo facilite la tarea docente.

La propia dinámica de la disciplina, básicamente procedimental facilita la evaluación formativa continua, pero a su vez enfrenta con una dificultad: no queda constancia de los movimientos que realiza el alumno; de manera que resulta imprescindible encontrar formas de evaluar que resulten coherentes, y que dicha instancia no se reduzca sólo a acreditar la asistencia.

Partiendo de la concepción que el alumno es una totalidad, que se supera, que puede crecer en la totalidad de su dimensión humana, el docente deberá prever estrategias propias de evaluación en la seguridad que no hay una manera única de trabajar el proceso y alcanzar el producto.

La diversidad, conocimientos previos y posibilidades serán elementos a tener en cuenta a la hora de evaluar, porque determinarán el grado en que se van consiguiendo las intenciones del proyecto.

Conviene que el docente observe y evalúe sistemáticamente las diferentes actividades de enseñanza aprendizaje y vaya tomando nota con relación a la evolución tanto individual como colectiva de los alumnos. Esta observación permite detectar dificultades y aciertos y hacer los consecuentes ajustes en el proyecto.

La evaluación se podrá llevar a cabo en distintos momentos y con diversos procedimientos. Los distintos momentos de realizar una evaluación pueden ser: inicial, del proceso y del producto.

Con relación a los procedimientos pueden ser múltiples, proponiéndose a modo de sugerencias: observaciones sistemáticas, seguimiento del trabajo del alumno, diálogos, fundamentación, comentarios, como así también valoración del proceso de resolución de problemas.

En este sentido es fundamental crear hábitos sistemáticos, en lo posible con fichas de seguimiento para que el mismo alumno sea participe y observador de sus propios progresos.

Es fundamental considerar otros elementos como por ejemplo: el grado de participación, el respeto por normas elementales, su seguridad e independencia, interés por aprender, reflexión sobre la práctica, solidaridad, compañerismo, actitud frente al error, actitud frente al trabajo grupal.

Finalmente podemos decir que desde la postura que sustenta sobre este aspecto el marco teórico referencial de este curriculum, es concebida como una actividad sistemática y continua, cuyos propósitos fundamentales son:

- Ayudar al crecimiento personal de los alumnos, a través de orientaciones que van surgiendo dentro del proceso de enseñanza aprendizaje.
- Valorar los progresos que los adolescentes han tenido respecto a sí mismo.
- Detectar las dificultades de aprendizaje.
- Detectar las fallas en la enseñanza para realizar ajustes en el proceso y procedimientos pedagógicos utilizados.

# 3

## ORGANIZACIÓN CURRICULAR DE LOS CONTENIDOS

---

Los contenidos previstos para este año se han organizado en tres ejes temáticos:

- Los deportes
- Formación Física y Salud
- Vida en la Naturaleza y al Aire Libre

Respecto de los dos ciclos anteriores, la complejidad y relevancia que adquieren los contenidos a trabajar en 7° año, lleva a proponer dos nuevos ejes temáticos los que darán mayor sentido, dirección y significatividad a dichos contenidos. Por lo tanto, los ejes Los deportes y Formación física y salud deberán entenderse como continuidad de ciertos contenidos que en primero y segundo ciclo eran desarrollados en los ejes Juegos motores y Desarrollo perceptivo motor.

En el caso del eje Los deportes se observa el paso de un juego motor con características del deporte, a una práctica de deporte real, con una organización y estructura interna que lo identifica en el campo deportivo.

El eje temático Formación física y salud se incorpora como un proyecto a largo plazo con la pretensión de generar nuevos estilos de vida en beneficio del mejoramiento de la calidad de vida. La etapa evolutiva por la que transitan los alumnos en este año habilita ciertas estructuras del pensamiento que posibilitan el inicio de una tarea con sentido consciente e intencionalidad dirigida al uso y cuidado del cuerpo frente a todo tipo de prácticas corporales y vida cotidiana.

Los aportes realizados por el eje desarrollo perceptivo motor en el primer y segundo ciclo, permiten desde el eje formación física y salud poner en juego un cuerpo propio con representación mental y operatividad frente a las acciones, donde la anticipación y programación anticipada le da sentido y dirección a la conducta motora.

La vitalidad de este periodo denota una motivación importante en la participación de actividades en el medio natural, es por ello que se plantea la continuidad del eje temático Vida en la naturaleza y al aire libre que prevé contenidos referidos al contacto con la naturaleza, su cuidado y preservación.

Cada eje temático pretende sintetizar y comprender los contenidos básicos a trabajar. El orden con que se presentan en este documento curricular no supone lo mismo para su tratamiento por lo que, cabe señalar que cada docente, al momento de planificar, los deberá integrar e interconectar.

Esta organización de los contenidos (por ejes temáticos) no debe dar la idea de fragmentación ni de unidad aislada ya que los contenidos previstos en cada eje están íntimamente relacionados entre ellos, relación que se refleja en el sub-eje organizador de los mismos.

### 3.1. Sub-eje organizador

Las actividades físico deportivas y en contacto con la naturaleza, permiten desarrollar en los alumnos una actitud reflexiva y responsable en el cuidado de su cuerpo, brindando posibilidades de expresión motriz y mejoramiento en las prestaciones y competencias motrices individuales y colectivas.

Este Sub-eje organizador surge como necesidad de darle una nueva dimensión a los contenidos desarrollados en los años anteriores.

Como se ha explicitado anteriormente la educación física debe dar respuesta a necesidades e intereses socioculturales pero para poder dar organización y sentido a la propuesta de contenidos es necesario seleccionarlos y agruparlos en relación con la formación física deportiva, la salud y la vida en la naturaleza.

Las características de la etapa evolutiva por la que transitan los púberes, marcan una tendencia definida hacia ciertas manifestaciones sociales donde la participación corporal y el interés en el cuidado del cuerpo son de vital importancia en la educación de los mismos.

Es decir, del eje organizador disciplinar planteado en los años anteriores: Con el cuerpo-movimiento los niños se relacionan con el medio, conocen su cuerpo, sus posibilidades, las de sus compañeros en un ámbito de respeto hacia la norma a través de juegos y tareas,

surge un Sub-eje el que pretende destacar que a partir del séptimo año se pasa :

- de un conocimiento del cuerpo vivenciado a un cuerpo representado con intencionalidad definida en su control dominio y cuidado en la preservación de la salud;
- de vivencias grupales e individuales en el medio natural, a vivencias en el medio natural con conciencia para su preservación y cuidado;
- de un desarrollo de habilidades y posibilidades motrices más globales participando con sus pares en juegos y tareas con respeto hacia la norma, a un desarrollo de habilidades motoras específicas y la participación con sus pares en los deportes, ajustándose a las reglas específicas de los mismos.

Dado que el ser humano está inmerso en un contexto sociocultural y político particular la selección de contenidos previstos en este Diseño curricular no debe entenderse como una limitación en la planificación docente.

### 3.2. Ideas básicas

- § Intervenir en encuentros, torneos y competencias entre cursos y/o colegios de la localidad y la zona posibilita el conocimiento de otras realidades aprovechando esa situación para aplicar reglas, fundamentos y técnicas del deporte como así también códigos éticos propios de la práctica lúdica.
- § El desarrollo y mejoramiento de las capacidades coordinativas y de las habilidades perceptivas aumenta la capacidad de aprendizaje motor de los alumnos. Las prácticas con acento en la variabilidad, multilateralidad y complejidad creciente benefician el proceso de aprendizaje de las habilidades motoras específicas de carácter abierto y cerrado.
- § La práctica de situaciones motrices con compromiso en el mecanismo de decisión, beneficia el desarrollo de la lógica motriz y la intencionalidad táctica individual y colectiva; en este sentido participar en juegos, tareas motoras y deportes con variabilidad y complejidad creciente, incrementa la capacidad táctica cognitiva de los alumnos.
- § La intervención en prácticas variadas, beneficia la disponibilidad corporal frente a la acción motriz, esto habilita al alumno de séptimo año a ser capaz de resolver y ajustar la conducta motriz frente a la diversidad de propuestas en distintos medios y situaciones (recreativas, competencia deportiva, actividades en el medio natural, manifestaciones en el campo expresivo y creativo).
- § La estimulación adecuada y sistemática de las capacidades condicionales, beneficia el estado de salud de los alumnos: conocer y participar de actividades que desarrollen el control postural, la relajación y respiración beneficia y disminuye factores de riesgo para la salud y genera hábitos saludables para desenvolverse en la vida cotidiana.
- § La práctica de actividades al aire libre y en contacto con la naturaleza beneficia la autonomía y responsabilidad individual y colectiva en el cuidado y uso del medio ambiente generando hábitos y estilos de vida que benefician la salud y calidad de vida del hombre.
- §

### 3.3. Caracterización de los ejes temáticos

Eje : Los Deportes

La manifestación sociocultural del deporte, atraviesa nuestras vidas cotidianas, poder entender descubrir y utilizar sus motivaciones naturales a favor de un proceso formativo no es solo una necesidad sino también un deber en la educación física escolar.

Los alumnos del séptimo año muestran una marcada tendencia a participar de los deportes, la motivación social influye directamente sobre ellos.

Esta etapa evolutiva beneficia también esa tendencia y sensibilidad a participar en grupos, es justamente aquí donde se pone en juego el compromiso de la corporeidad como una forma de descentración y búsqueda de identidad personal en el campo social, identificando

y relacionando en cada acción motriz la expresión total de ese ser humano en situación única e irreplicable en un contexto sociocultural determinado.

Es por eso que el eje de los deportes, como ya se ha manifestado anteriormente, es un componente motivacional que la educación física debe rescatar y sustentar desde los fundamentos de un deporte educativo, guiado por profesionales de la educación física, preparados para respetar al niño, beneficiarlo y guiarlo en la búsqueda de una identidad y seguridad desde lo corporal que haga pleno y verdadero el deseo de ser y disfrutar de los placeres y beneficios que brinda la práctica deportiva sistemática y saludable en cada una de las etapas de la vida.

Muchas veces la visión social del deporte configurada por la imposición de los medios de comunicación, los espectáculos deportivos, las modas, los mensajes y la agresividad manifestada en muchos deportes deja poco margen para construir una identidad, más útil y de mayor duración que contemple los procesos y utilidad para la existencia humana.

En este sentido es recomendable entonces no dejar escapar esta gran oportunidad que nos brinda el sistema educativo y desde la educación física poder construir la idea de un deporte educativo con beneficios duraderos para toda la vida.

Es recomendable para esta etapa evolutiva una propuesta pedagógica que garantice el aumento de la disponibilidad motriz, con importante acento en las relaciones interpersonales, sentido de cooperación, pertinencia grupal y social.

Esto no significa que hay que desarrollar solo aquellos deportes de cooperación y oposición (el eje Los Deportes contempla posibilidades de desarrollo de todos aquellos deportes abiertos y cerrados, atletismo, natación, gimnasia artística, destrezas motrices), sino que cada institución deberá seleccionar contenidos en función de las posibilidades, intereses particulares, proyectos institucionales y curriculares.

Los deportes abiertos, exigen adaptación permanente a los cambios que se producen, en un espacio compartido y disputado.

Las clases de educación física tienen que asegurar que en las prácticas de tareas motoras, ejercicios, juegos o recorte de fases del juego real, estén presente parámetros que configuren la posibilidad de transferencia de dichas prácticas a situaciones reales.

Toda acción motriz, necesita del conocimiento exacto y rápido de nuestra situación respecto a los objetos y a las personas que nos rodean, esta capacidad para captar información depende del nivel de prestación de ciertas habilidades perceptivas que permiten hacer una discriminación de los parámetros que configuran dicha situación.

Los alumnos deben estar en condiciones de resolver en una competencia situaciones propias de los deportes abiertos que exigen constantemente recurrir a experiencias anteriores que se relacionen con los nuevos contextos de práctica a enfrentar

Esto significa que la propuesta metodológica para el aprendizaje deportivo, exige un análisis previo de las tareas motoras, para poder identificar el nivel de compromiso que exigen en los aspectos perceptivos, cognitivos, de ejecución y sociomotrices.

Estos instrumentos de análisis permiten, diseñar tareas adecuadas, graduar el nivel de complejidad en cada mecanismo, identificar el grado de relación que tienen con el deporte real, y generar las alternativas metodológicas, para asegurar vivencias motrices, que

habiliten a los alumnos a poder resolver situaciones deportivas, con plasticidad, creatividad y disponibilidad corporal operativa y autónoma.

La autonomía es uno de los objetivos a lograr por la educación física, si queremos alumnos autónomos en sus respuestas motrices, hay que instrumentar prácticas que la habiliten, de otro modo seguiremos viendo en los encuentros deportivos, profesores que teledirigen a sus alumnos.

Todo lo que los alumnos no pueden resolver por sí mismos, muchas veces es resuelto verbalmente por el profesor con mucha precisión en sus indicaciones, esto es común observarlo en competencias deportivas (ellos anticipan la jugada, diferencian donde va el balón, que jugador contrario está sin marca, a donde hay que dirigir el contraataque, que compañero está detrás o cerca de él, si tira, si amaga, etc.).

Se deben propiciar prácticas en la clase de educación física que aseguren la disponibilidad motriz de los alumnos ante situaciones del deporte real es aquí donde se pone en juego lo adquirido durante el proceso de aprendizaje.

En los deportes de características cerradas, el contexto en el que se realizan las prácticas permanece estable y la repuesta motriz mantiene un orden secuencial en las decisiones. La exigencia se deposita más en el mecanismo de ejecución de control y en la capacidad de identificar informaciones internas de origen propioceptivo.

La síntesis de informaciones interna y externas, más el valor de los resultados obtenidos, permite corroborar y controlar, los parámetros de un programa motor preconcebido, en función del logro de un objetivo.

Es necesario en los deportes cerrados al igual que en los abiertos la implementación de estrategias didácticas que contemplen el nivel de complejidad de la tarea y las fase del aprendizaje motor por la que transitan los alumnos.

El proceso de aprendizaje motor de habilidades específicas, transita por momentos, donde la complejidad de la tarea debe ser disminuida y es necesario hacer modificaciones en el contexto de práctica.

Esta intervención pedagógica ayuda a disminuir la cantidad de información sobre la cual el aprendiz tiene que poner atención facilitando la habilitación global del circuito neuromotor y disminuyendo el grado de tensión muscular, de esta manera se evitan movimientos exagerados, posturas rígidas, alteraciones rítmicas y sobre todo permite cumplir con el objetivo global de la tarea, con las implicancias que tiene esto en los aspectos, afectivo, motivacional y actitudinal del alumno.

La Educación Física deberá brindar a los alumnos de séptimo año, la posibilidad de habilitar sus competencias motrices, desarrollar sus potencialidades y deseos bajo un contexto de práctica que garantice una educación humanizante, con beneficio duradero, propiciando la generación de una cultura corporal y deportiva para toda la vida.

### Consideraciones acerca de la Competencia Deportiva

El deporte desde lo social y natural es sinónimo de competencia, se encuentra en esta expresión natural del ser humano un remanente de origen filogenético, esto supone al igual que en las habilidades motoras básicas un beneficio en su aprendizaje, pero es necesario darle sentido y dirección a la educabilidad de la competencia.

La competencia en la educación física no surge a partir del eje de los deportes, este concepto ya fue desarrollado en el diseño curricular para el primer y segundo ciclo explicando como debía guiarse esta manifestación competitiva en los juegos motores.

En este apartado la competencia se relacionará mucho más con el fenómeno deportivo, por entenderse que a partir de este momento el juego motor sede espacio al deporte propiamente dicho.

"La competición durante el proceso de aprendizaje debe obedecer a un modelo de organización propio, donde las rivalidades y antagonismos sean sustituidos por una sana emulación, representada por la aceptación de los resultados de las confrontaciones individuales o de equipos, como consecuencia de la natural expresión de una superioridad momentánea, donde el componente educativo y pedagógico siempre esté por encima de los resultados deportivos." J. L. Antón (2000).

Los deportes a partir del séptimo año se convierten en un espacio social que posibilita al alumno poner en juego manifestaciones del ser humano que si bien están presentes en todo momento permanecen ocultas o es mucho más difícil vivenciarlas y expresarlas en otro tipo de relaciones sociales.

"La competición deportiva es una forma de preparar al sujeto para la vida, pues en la actividad profesional de cualquier ciudadano, la actividad competitiva, y el perfeccionamiento de la propia competencia es una exigencia permanente." J. L. Antón (2000).

Poder entender la competición deportiva como proceso y no como producto, permite revalorizar aspectos que favorecen la formación de nuestros alumnos.

- La competición deportiva favorece la educación de las cualidades volitivas, tenacidad, esfuerzo, perseverancia, como así también el desarrollo óptimo evolutivo de las capacidades motoras.
- La competición deportiva favorece el mejoramiento desarrollo y perfeccionamiento de hábitos y habilidades específicas, objetiva la dirección y el sentido de seguir mejorando ciertas habilidades luego de haber descubierto, esta necesidad en un evento deportivo.
- La competición deportiva favorece, la capacidad de autocrítica y análisis de las situaciones, mejora el desarrollo del pensamiento táctico, y la capacidad de sobreponerse y vencer las emociones negativas.
- La competición deportiva le permite al alumno conocer y aceptar sus propias limitaciones, adecuar y moldear su conducta en función de las situaciones de competencia; le permite desarrollar su confianza, reconocerse y reconocer en los compañeros la necesidad y el placer de lo colectivo, valores y actitudes que perduran en la formación de sus vidas.

"El desafío pedagógico es lograr que haya competitividad sin que se rompan los brazos sociales... detrás de cada jugador virtuoso, detrás de la técnica debe primar siempre el concepto de hombre. Hombre que desea, se angustia, se alegra, acierta, se equivoca, se exalta y se deprime, y se lesiona irreversiblemente, o se potencia de acuerdo al cuidado con que se lo trate." M. Giraldes (1998).

## Eje: Formación Física y salud

Es importante, reconocer que en los tiempos actuales existe una marcada tendencia social a establecer un grado de relación directa entre la Salud y la Educación Física.

Es cierto también que este concepto ha sido mucho más definido desde las ciencias de la salud, que desde la educación física.

El estado de salud es considerado como un estado de equilibrio integral del ser humano que se intenta alcanzar y mantener en forma permanente. Esto exige una intervención directa sobre todos aquellos factores que pueden incidir sobre la salud integral del ser humano provocando desequilibrios y por consiguiente el estado de enfermedad.

El estado de salud está condicionado por el nivel de prestación orgánico funcional que asegura cada uno de los sistemas.

Todos los sistemas están sustentados en su funcionamiento por particularidades propias desde su estructura anatómica, fisiológica y funcional pero interactúan entre sí y se compensan en una constante adaptación al medio social.

Desde este análisis integral podemos pensar que el estado de salud está condicionado por elementos multifactoriales, que se manifiestan tanto en lo orgánico-funcional, lo corporal-postural como en el estado de ánimo.

El estado de salud es una expresión total del ser humano es como una carta de presentación que se manifiesta en la conducta motriz como una totalidad.

“La Aptitud Física, ayuda a que una persona se sienta y se vea bien, pueda desempeñar sus ocupaciones habituales con eficacia y después de ellas, tenga las suficientes reservas físicas como para gozar de una vida, social, cultural y recreativa. En síntesis es una calidad que puede o no tener la vida...”. M. Giraldes (1998).

La práctica de ejercicios en forma sistemática con orden y sentido saludable, produce el mejoramiento de la calidad de vida que está ligada directamente a un nuevo concepto social Estilo de Vida, determinado por el conjunto de hábitos y conductas propios de la vida de una persona.

La Educación Física escolar tiene innumerables posibilidades de desarrollar hábitos culturales que surgen en el tratamiento cotidiano de cada contenido y se funden en una expresión integral de procedimientos, actitudes y conceptos.

La educación Física posee también un gran beneficio y es que acompaña al niño desde edades tempranas hasta la propia adolescencia y juventud. Es posible entonces la generación de hábitos y conductas en beneficio de esa anhelada calidad de vida.

Para nuestra disciplina es un desafío a alcanzar y cada momento de la clase es una muy buena oportunidad para lograrlo.

La educabilidad del ser humano es multidisciplinar, pero cada área específica es responsable del logro de ciertas competencias que la representan en las propuestas curriculares.

En este sentido la educación física toma como contenidos específicos disciplinares a aquellos que se relacionan con la formación física y la salud del ser humano.

“Es posible contar con un buen estado de salud desde la Aptitud Orgánica y al mismo tiempo no contar con una disponibilidad de la aptitud dinámica, que exige cierto nivel de prestación de las capacidades motoras.” O. R. Contreras Jordán (1998).

La disponibilidad de las capacidades condicionales, depende de las posibilidades de estimulación adecuada a las que es sometido con cierta sistematicidad el sistema orgánico funcional.

Se puede concebir como saludable aquel estilo de vida, que provocare en el individuo un óptimo nivel de estrés, una sensación de bienestar, capacidad de disfrute de la vida, con una

cierta capacidad de tolerancia y adaptación permanente a los desafíos que presenta el entorno sociocultural.

Queda establecido entonces que la actividad física, debe tender a un beneficio saludable, por ello es necesario:

- respetar los procesos evolutivos,
- rescatar los beneficios,
- respetar ciertos principios básicos del entrenamiento óptimo evolutivo,
- identificar aquellos procedimientos, conceptos y/o actitudes que atentan o son perjudiciales para el desarrollo del ser humano y el mejoramiento de su calidad de vida.

La educación física desde la formación física y la salud intentará aportar un beneficio a favor del mejoramiento del estilo y calidad de vida del ser humano.

La Formación Corporal Postural y Orgánico Funcional sustentan el desarrollo de una adecuada formación física contemplando en su estructura a aquellos contenidos básicos que surgen de la vida cotidiana y deportiva.

"...La formación Corporal-Postural, se refiere al desarrollo del aparato locomotor. A la adecuada construcción de la arquitectura articular, de la formación de sostén y protección del aparato locomotor, con sentido diferenciado y permanente..."

"...La Formación Orgánica Funcional se refiere a las principales funciones del organismo: cardiovascular, respiratoria, termoenergéticas, endocrinas, digestivas. En términos amplios, al sistema de nutrición". M. López (1998).

La Educación Física debe aportar desde la formación física, beneficios relacionados, con el concepto de Buena Postura. Esto exige un importante trabajo de concienciación e interiorización por parte del alumno en tareas motoras y/o ejercicios controlados y regulados bajo la atención de informaciones propioceptivas.

Las propuestas metodológicas apuntarán tanto a situaciones estáticas como dinámicas, en tareas habituales o deportivas, y que exige especial atención en el control y adaptación del tono muscular, el dominio de la respiración y la relajación consciente, movilidad articular y flexibilidad.

La estructuración del esquema corporal y el adecuado trabajo realizado en años anteriores, permite contar en el séptimo año con una operatividad corporal con anticipación y programación motora que posibilita esta propuesta metodológica.

Es fundamental considerar a la gimnasia articulada a aspectos condicionales, expresivos, utilitarios, creativos, para que la persona desde su práctica se involucre en forma íntegra

La gimnasia y los ejercicios no deben ser considerados un fin en sí mismo y sólo por el efecto que producen, sino como medio de formación general que forma parte de la educación integral del individuo.

Los programas de gimnasia deberían pasar por: ejercicios de ajuste corporal, ejercicios para determinadas zonas, ejercicios de relajación y adecuación del tono muscular, ejercicios de equilibrio.

El mejoramiento orgánico funcional, se sustenta en contenidos específicos, como la Resistencia, Velocidad, Fuerza, su estimulación y desarrollo se basa en el entrenamiento óptimo evolutivo, entendiéndolo como lo justo, lo adecuado, lo necesario, aquello que es suficiente y beneficia al niño en cada etapa de su vida.

La Educación Física escolar tenderá a educar a un ser integral que se incorporará a una sociedad con posibilidades de mantener y transferir un estilo de vida distinto, más sano.

La práctica de ejercicios con objetivos que solo se fundamentan en el logro de una figura bonita y moldeada en función del modelo de cuerpo impuesto socialmente solo conduce a los alumnos a una pérdida del estado de salud con enfermedades como bulimias y anorexias.

La Educación Física pondrá énfasis en la educación del alumno (ser humano) por medio de su cuerpo en movimiento, con base y relación interdisciplinar, posibilitando la potenciación de los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que beneficien la aceptación de una corporeidad propia con compromiso en el cuidado corporal y disminución de factores de riesgo que atenten contra su integridad.

En la actualidad, desde las ciencias de la salud surge un nuevo concepto, "Factores de Riesgo en la vida del hombre", es necesario incluir en la educación esta nueva visión de prevención, y disminución de aquellos factores que tienen una incidencia directa en la duración y calidad de vida.

Generalmente los factores de riesgos no actúan en forma individual sino que tienen una relación directa con hábitos y estilos de vida. La mala alimentación y el sedentarismo se suman al clásico estrés laboral competitivo que consume y degrada día a día la tan anhelada calidad de vida.

La Educación Física tiene aquí un papel fundamental que cumplir, las etapas de formación son momentos sensibles para el aprendizaje de procedimientos, conceptos y actitudes que permanecerán en los alumnos a lo largo de toda la vida.

Eje: Vida en la Naturaleza y al aire libre

El eje temático Vida en la Naturaleza y al Aire Libre, considerado en primero y segundo ciclo, es retomado en este año desde una práctica consciente fundamentada en la necesidad de educar a los alumnos para el cuidado y la preservación del medio ambiente.

Para esto la Educación Física debe contar con el marco institucional necesario que brinde a los púberes el espacio en donde aprender conceptos tales como: preservación del medio natural, actividades de subsistencia, etc., y también el dominio instrumental desde experiencias relacionadas con la vida al aire libre y en contacto con la naturaleza.

Es imprescindible que las nuevas generaciones conozcan las problemáticas ecológicas y ambientales y que tomen conciencia de las responsabilidades de todos los seres humanos que actúan en el medio natural.

Es por ello que la escuela debe propiciar el espacio para que los alumnos experimenten sus posibilidades de acción, porque nadie cuida lo desconocido, ni tampoco aquello que no sabe como manejarse.

Las actividades en contacto con la naturaleza proporcionan oportunidades inagotables, no solo para conocer el medio ambiente, sino además para sentirse bien y en armonía con él.

El contacto con el medio natural, exige el dominio de ciertas competencias y habilidades motrices específicas para poder adaptarse a un medio distinto, la variabilidad natural

compromete ajustes permanentes en todos los mecanismos comprometidos en la conducta motora, tanto los aspectos perceptivo, cognitivo, de ejecución y sociomotriz.

La habilidad perceptiva es un instrumento indispensable sobre la cual se conjugan y basan las posibilidades de decisión inteligente frente a los retos naturales. La ejecución motriz necesariamente recurre a las capacidades coordinativas y condicionales para poder controlar y guiar las acciones motrices en función de los objetivos de la tarea.

"El espacio de la plena naturaleza no es estereotipado: oculta, sorpresa y provoca incertidumbre en la toma de información y su tratamiento. El deportista debe aprender a leer los obstáculos... Frente a los imprevistos ligados a esta incertidumbre del medio, el individuo se convierte en un individuo que decide: debe decidir. Anticiparse constantemente y adquirir una verdadera competencia informacional." Pierre Parlebas citado por Jean Le Boulch (2001).

En este eje el lugar que ocupan las relaciones interpersonales y socioafectivas es muy importante.

Las experiencias al aire libre, poseen ese grado de aleatoriedad imprevista que sitúa a los alumnos frente a dificultades que implican algunas veces, una cierta adopción de riesgo que hace imperiosa y a veces vital la intervención y ayuda de un compañero o del grupo.

La seguridad deja de ser un problema individual para ser una responsabilidad compartida por el grupo, el solo echo de estar en un lugar alejado de la ciudad, aumenta los vínculos de resguardo de protección entre los compañeros, las relaciones interpersonales que se ponen en juego en las actividades planteadas, generan una relación afectiva fuerte.

El grado de intervención afectivo intelectual del grupo en la resolución de problemas de organización y distribución de tareas, será la base de intercambios y cooperación en función de las competencias de cada integrante.

El aporte individual reconocido en el grupo, desde las posibilidades y no desde las limitaciones, asegura una convivencia equilibrada, que contiene y reconoce a sus integrantes por sus aportes y compromiso compartido en función de objetivos comunes.

El cuidado del medio natural ligado a toda actividad en la naturaleza favorece el tratamiento de contenidos transversales que deberán ser considerados durante todo el ciclo lectivo.

Experiencias en lugares diversos tales como: plazas, baldíos, calles, costas, etc., posibilitan a los alumnos aprender a desempeñarse y desarrollar habilidades para hacerlo más: confortable, agradable, habitable, disfrutable.

Las salidas campamentiles u otras actividades propuestas, no deben considerarse actividades aisladas y utilizadas sólo para cumplir requisitos, sino que deben ser planificadas en el marco de cada Institución.

Estas actividades propuestas, permiten en los alumnos vivencias y aventuras, saturadas todas ellas de valores educativos, logrando un mayor conocimiento del medio natural, provocando su comprensión y una mayor identificación y amor a la naturaleza.

La Vida en la Naturaleza y al Aire Libre, significa experiencias de convivencia intensa. El respeto por los demás, acuerdos y consensos son la base para el desarrollo de las relaciones interpersonales.

Vale decir que todas las prácticas se deben llevar a cabo en un marco de vida democrático.

Es aconsejable que los contenidos de la curricula se traten en estrecha relación y comunicación con áreas afines para no invadir otros campos ni superponer contenidos. La actitud parcelaria es contraproducente, por lo que se procurará encontrar caminos para enseñar y aprender que se interrelacionen en favor de pensamientos dinámicos.

Se trata de analizar el ambiente natural como una totalidad que pueda ser comprendida desde diferentes lugares, y dentro de esa totalidad estamos: docentes y alumnos.

#### Observación

Los ejes temáticos, también consideran el abordaje de los contenidos en el medio acuático. La realización de prácticas en un medio diferente posibilita al adolescente una experiencia fundamental en la realización de actividades físico deportivas motrices y recreativas, que contribuyen a la posibilidad de relacionarse en cuestiones de seguridad y límites personales. La enseñanza y práctica de la natación en séptimo año al igual que en años anteriores queda abierta a alternativas de posible implementación provincial y regional.

### 3.4. Contenidos actitudinales

Confianza en la posibilidad de resolver y comprender situaciones relacionadas con prácticas corporales y deportivas.

Actitud superadora y tolerante frente a los resultados en actividades corporales, juegos y deportes.

Disposición positiva para cooperar y para participar en acuerdos y respeto por las normativas consensuadas durante las clases.

Respeto por las reglas deportivas en las actividades de práctica como en la competencia.

Cuidado de la salud personal y de los demás en las prácticas corporales, juegos y deportes.

Aprecio por actividades en la naturaleza disposición en el buen uso y cuidado del medio natural.

Respeto por los demás, aceptación de las diferencias y rechazos de comportamientos discriminatorios por motivos de aspecto, sexo, rendimiento, uso del cuerpo.

Aprecio por la pertenencia al grupo, la escuela, la comunidad, la provincia y el país.

Valoración de la Educación Física como aporte al desarrollo integral y a la disminución de factores de riesgo en la vida del hombre.

### 3.5. Contenidos procedimentales

Prácticas de ejercicios gimnásticos con beneficio y desarrollo óptimo evolutivo de la formación postural-corporal y orgánico funcional.

Prácticas de actividades en la naturaleza y preservación del medio ambiente.

Prácticas deportivas que pongan en juego el desarrollo básico de los aspectos tácticos cognitivos y técnicos coordinativos específicos de cada deporte.

Práctica de formas de preparación corporal, orgánico y artromuscular en relación, con el carácter de las actividades a desarrollar.

Previsión y empleo de medidas de seguridad personal y grupal en la práctica de actividades corporales en diversos medios.

Práctica de actividades corporales que integren capacidades corporales y orgánicas, perceptivas, imaginativas, expresivas comunicativas en el movimiento personal y grupal.

Práctica de tareas motoras y deportivas de carácter abierto y cerrado.

### 3.6. Cuadros de contenidos

Eje	Contenidos
Los Deportes	<p>Esquema corporal: ajuste frente a situaciones deportivas.</p> <p>Habilidades motoras específicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- deportes cerrados</li> <li>- deportes abiertos</li> </ul> <p>Ambidextrismo: ejecución y combinación de habilidades motoras específicas.</p> <p>Habilidades motoras específicas en situaciones que comprometen la toma de decisiones.</p> <p>La intencionalidad táctica individual y colectiva: uso y dominio del espacio sociomotor en los deportes abiertos.</p> <p>Formas de competición. Encuentros. Torneos. Campeonatos. Intercambios. Encuentros con equipos del mismo y de otros establecimientos. Participación en la definición de los objetivos del encuentro.</p> <p>Importancia de las relaciones interpersonales en el grupo.</p> <p>Habilidades perceptivas: la anticipación a las acciones, discriminación de velocidades, distancias, trayectorias, direcciones de los objetos y su relación con la ubicación de los compañeros y adversarios en cada situación deportiva en particular.</p> <p>Intencionalidad táctica, principios tácticos básicos, individuales y colectivos específicos del deporte.</p> <p>Capacidades coordinativas en habilidades motoras específicas predominantemente perceptivas y/o habituales (abiertas y cerradas).</p> <p>Capacidades condicionales en las prácticas deportivas: fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad.</p>

Eje	Contenidos
Formación física y salud	<p>La corporeidad: concepciones y relación con la cultura social.</p> <p>Áreas cognitivas motrices y socioafectivas: relaciones e interconexiones.</p> <p>Formación física:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- disponibilidad corporal y salud,</li> <li>- aparatos y órganos relacionados con la actividad física y deportiva,</li> <li>- entrenamiento óptimo evolutivo, beneficios relacionados con crecimiento, maduración y salud corporal.</li> </ul> <p>La preparación corporal previa para el logro de disponibilidad motriz total.</p> <p>Principios de entrenamiento: sistematicidad, regulación del esfuerzo, intensidad, recuperación.</p> <p>El control de la actividad física. La atención selectiva en las informaciones propioceptivas, síntomas de dolor, molestias, tensión, relajación.</p> <p>Las capacidades condicionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- las prácticas cotidianas y deportivas,</li> <li>- estimulación y desarrollo con base en la coordinación motriz y uso del propio cuerpo.</li> </ul> <p>Postura corporal:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- control y regulación en situaciones estáticas, dinámicas o con combinación de tareas segmentarias disociadas,</li> <li>- ajuste postural: toma de conciencia de los grupos articulares participantes en el movimiento,</li> <li>- eje corporal en el dominio del equilibrio estático y dinámico.</li> </ul> <p>Articulaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- coxofemoral – estabilización,</li> <li>- escapulohumeral – estabilización,</li> <li>- de la columna vertebral,</li> <li>- disociación pelvis – muslos.</li> </ul> <p>Tono muscular: adecuado, mantenimiento y sostén en la alineación y armonía corporal-postural.</p> <p>Métodos y técnicas básicas de relajación y respiración, beneficios psico-orgánicos funcionales y relacionales.</p> <p>Factores de riesgo para la vida del hombre sedentario, relación con los hábitos alimentarios y la práctica de actividad física saludable y sistemática.</p> <p>Alimentación y nutrición adecuada y saludable.</p> <p>Cuidados corporales, prevenciones en la preparación y uso del espacio deportivo.</p>

Eje	Contenidos
Vida en la naturaleza y al aire libre	<p>Formas de vida y actividades en la naturaleza.</p> <p>Preservación del medio natural y de la especie humana.</p> <p>Prácticas en ambientes naturales: caminatas, excursiones, bicicleteadas, paseos, salidas campamentiles.</p> <p>El equipo. Preparación. Relación con lugares, clima, actividades, etc.</p> <p>Cuidados y precauciones frente a posibles riesgos antes y durante el desarrollo de las actividades. Práctica de primeros auxilios.</p> <p>Actividades compartidas y consensuadas (juegos, deportes en la naturaleza y al aire libre).</p> <p>La convivencia en diferentes ambientes naturales. Responsabilidades individuales y grupales.</p> <p>Actividades básicas de supervivencia: programación, organización distribución del trabajo, conocimiento de cocina y fuegos.</p> <p>Orientación por señales de la naturaleza.</p>

### 3.7. Lineamientos de acreditación

A los alumnos se les habrá de proporcionar las condiciones y oportunidades de aprendizaje que sean pertinentes a los propósitos del área, de modo que al finalizar el 7º año puedan resolver situaciones que implican:

- § Participar en encuentros, torneos y competencias entre cursos y/o colegios de la localidad y la zona, donde se pongan en juego el dominio global en los aspectos tácticos cognitivos y técnicos coordinativos (habilidades motoras específicas) del deporte como así también el respeto a la regla y a los códigos éticos propios de la práctica lúdica.
- § Participar en juegos, tareas motoras y deportes que comprometan el dominio de una lógica motriz básica que ponga en juego la intencionalidad táctica individual y colectiva en la resolución de distintas y variadas situaciones a resolver.
- § Participar en actividades deportivas con una prestación óptima y adecuada de las capacidades condicionales y un control adecuado de la postura corporal en situación estática y dinámica.
- § Participar en actividades al aire libre y en contacto con la naturaleza con responsabilidad en el uso y cuidado del medio natural y un dominio básico de las ciertas habilidades específicas necesarias para adaptarse a la diversidad de situaciones que presenta el medio.
- § Participar en las prácticas corporales y deportivas conociendo la necesidad de una preparación corporal para cualquier actividad físico deportiva como así también los beneficios que genera una práctica sistemática a favor de la salud y la disminución de factores de riesgo en la vida del hombre. Comprender y utilizar distintas formas de expresión (numéricas, gráficas) para organizar y comunicar la información obtenida en experiencias sencillas e interpretar los mensajes científicos.

A continuación, se explicitan los aprendizajes básicos que el alumno habrá logrado en relación con los contenidos actitudinales. Cabe recordar que los mismos son objetos de la evaluación diagnóstica y de la formativa, pero no de la sumativa, ya que su adquisición depende de “complejos procesos en los que el aprendizaje es solo uno de ellos”<sup>1</sup>.

- § Mostrar actitudes de uso cuidadoso de los materiales didácticos del establecimiento y de los recursos naturales.
- § Mostrar esfuerzo de recuperación en todas las actividades que se realicen.
- § Integrarse al grupo y evidenciar el sentido de pertenencia al mismo y a la institución.
- § Mostrar respeto hacia las norma de convivencia que se acuerden como a las reglas de los deportes que se practiquen.
- § Valorar los beneficios que la educación física aporta en la salud y calidad de vida.
- § Evidenciar en el desarrollo de todas las actividades en que se participen, respeto y valoración por las posibilidades propias y de los demás.

---

<sup>1</sup> Ministerio de Educación y Cultura, Provincia de Río Negro, 2001, Desarrollo Curricular E.G.B. 1 y 2 “Evaluación sumativa y acreditación en Formación Ética y Ciudadana. Un documento para la orientación y el debate”.

# 4

## BIBLIOGRAFÍA

---

- § Antón García, Juan L., 2000, Alternativas y Factores para la mejora del aprendizaje, Edit. Gymnos.
- § Consejo Provincial de Educación de Río Negro, 1996, Diseño Curricular E.G.B. 1 y 2, Versión 1.1., Río Negro.
- § Consejo Provincial de Educación, 1999, Diseño Curricular E.G.B. 3, Versión preliminar para la consulta, Río Negro.
- § Contreras Jordán, Onofre R., 1998, Didáctica de la Educación Física - Un enfoque constructivista, Edit. Inde.
- § Desarrollo Curricular para la Formación de Maestros especialistas en Educación Física Temario desarrollado en oposiciones, 1993, Edit. Gymnos.
- § Famose, Jean-Pierre, 1992, Aprendizaje motor y dificultad en la tarea, Edit. Paidotribo.
- § Giraldes, Mariano, 1998, Didáctica de la Educación Física, Edit. Macula S.R.L.
- § Gómez, Raúl H., 2000, El aprendizaje de las habilidades y esquemas motrices en el niño y en el joven, Edit. STADIUM.
- § Hahn, Erwin, 1988, Entrenamiento con niños. Teoría, práctica, problemas específicos, Edit. Martínez Roca.
- § Hernández, Moreno José, 1998, Fundamentos del deporte - Análisis de las estructuras del juego deportivo, Edit. inde.
- § Le Boulch, Jean, 1991, El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor, Edit. Paidós.
- § Le Boulch, Jean, 2001, El cuerpo en la escuela del siglo XXI, Edit. Inde.
- § Le Boulch, Jean, 1997, El movimiento en el desarrollo de la persona, Edit. Paidotribo.
- § López, Mario, 1997, El aprendizaje motor, Módulo 5, Curso de Postgrado en Pedagogía de la Motricidad.
- § López, Mario, 1997, Entrenamiento óptimo evolutivo, Módulo 4, Curso de Postgrado en Pedagogía de la Motricidad.
- § López, Mario, 1997, La formación corporal postural, Módulo 2, Curso de Postgrado en Pedagogía de la Motricidad.
- § Navieras, Daniel, 1998, Mirando al Patio - Educación General Básica I, II y III ciclo, Edit. D Vinni Ltda..
- § Ruiz Pérez, Luis M., 1995, Competencia Motriz - Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física Escolar, Edit. Gymnos.
- § Ruiz Pérez, Luis M., 1994, Deporte y Aprendizaje, Edit. Visor.
- § Sanchez Bañuelos, 1992, Fernando, Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte, Edit. Gymnos.
- § Trigo, Eugenia, 2000, Fundamentos de la motricidad, Edit. Gymnos.
- § Zevi, Susana P., 2000, Aprendizaje Motor - Maduración y Desarrollo, Edit. Indugraf.