

Área de Educación Física

12.1 DEFINICIÓN Y FUNDAMENTACIÓN DEL ÁREA

La Educación Física, proceso inherente en el desarrollo del ser humano, como objeto cultural y por lo tanto como contenido de enseñanza -aprendizaje en los centros escolares, ha sufrido a la largo de nuestra historia diferentes momentos en función de las concepciones propias de la época y su influencia externa en nuestro país. Específicamente desde el año 1967, el área retoma mayor auge con la organización de la Dirección General de Educación Física y Deportes, la cual impulsa la implementación y atención de la asignatura en algunos de los centros de educación primaria, especialmente en la formación de grupos deportivos, organización de campeonatos y gimnasiadas escolares y colegiales. Por otro lado, la formación de profesionales en la especialidad de Educación Física por parte de la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán” (UPNFM) y la Universidad Nacional Autónoma (UNAH) acrecentó las posibilidades de atención a la asignatura en este período, con la implementación y desarrollo de la carrera de Educación Física la cual ha brindado cierta cobertura en lo que respecta a la atención de la asignatura en el nivel secundario y en algunos casos en el nivel primario, pero más en el sector privado que en el sector oficial. Con este auge en la formación de profesionales especialistas en el área, también se dieron cambios de enfoque en la enseñanza de la asignatura, ya que después de ser brindada, primero como una actividad muy recreativa (juego), seguidamente como una actividad basada en contenidos relacionados con la gimnasia de base (calistenias, rutinas rítmicas...), y después como una actividad con tendencia muy deportiva. En la actualidad se intenta, además de esta última, brindar un enfoque motriz funcional, el cual proporciona las bases para una actividad física que sirva para el desarrollo y funcionamiento de todas las capacidades motrices funcionales propias del ser humano y como consecuencia, fortalece el conocimiento de la conducta motriz para la organización significativa del comportamiento.

Para fundamentar la importancia que posee el área de Educación Física como parte del Currículo Nacional Básico, iniciamos definiendo teórica y pedagógicamente la Educación Física como el desarrollo de todas las capacidades que giran en torno a la formación corporal, para conseguir el grado más elevado de posibilidades físicas, corporales, expresivas, rítmicas, motrices, lo cual es base para el desarrollo de la personalidad, la capacidad intelectual, afectiva y relacional. En suma, para conseguir el desarrollo máximo de las posibilidades de cada persona, independientemente de la ejecución eficaz de cualquier técnica concreta. El campo de estudio de la Educación Física es el ser humano en su unidad e integridad, reiterando que si bien su singularidad radica en que se lleva a cabo mediante la motricidad humana, con todas sus posibilidades físicas de acción y expresión.

La Educación Física contribuye a mejorar la calidad de vida, por lo tanto es fundamental la práctica de actividades corporales en los educandos, sin discriminación de ningún tipo.

La comprensión de la conducta motriz no puede aislarse de la comprensión del propio cuerpo entendido en toda su globalidad. Es decir, el conocimiento del cuerpo y su capacidad de movimiento, no debe reducirse a los aspectos perceptivos o motores, sino que implica aspectos de expresión, comunicación, afectivos y cognoscitivos.

Es pertinente organizar la enseñanza del área de Educación Física, destacando la importancia de las vivencias corporales y sus posibilidades lúdicas, expresivas y comunicativas que conducirán a un conocimiento y aceptación del propio cuerpo, a una utilización eficaz del mismo y a destacar el carácter social, de expresión y de relación.

Para la formación íntegra de los educandos que la sociedad requiere es necesario que aprendan a relacionarse con el *propio cuerpo* y el *propio movimiento*, porque éstos constituyen dimensiones significativas en la construcción de la identidad personal, solidificando las diferentes etapas evolutivas del desarrollo psicológico del ser humano, desde su forma de pensar, sentir, actuar y aprender de sí mismo, lo que conlleva a que los niños y niñas se *comuniquen*, *expresen*, *relacionen*, *conocen* y *se conozcan*, aprenden *a hacer* y *ser*. Cuerpo y movimiento son componentes esenciales en la adquisición del saber del mundo, de la sociedad, de *sí mismo* y de la propia capacidad de acción y resolución de problemas; de esta forma se consolida la formación o desarrollo integral del educando.

Por otra parte, Educación Física se puede expresar desde diversos ámbitos tales como:

- **Ámbito Físico.** Favorece el conocimiento y el desarrollo corporal a nivel anatómico y fisiológico, lo cual mejora las cualidades físicas y facilita la adquisición de hábitos de salud, higiene y nutrición.
- **Ámbito Motriz.** Estimula el conocimiento y el dominio del propio cuerpo a nivel cinestésico, espacial y temporal, desarrollando sus habilidades motrices y sus capacidades neuropsicológicas para resolver problemas significativos.
- **Ámbito Afectivo-Social.** Facilita la progresiva autonomía de acción en el medio, así como, la caracterización social de los educandos a través de actividades físicas espontáneas adaptada a sus posibilidades y gustos personales y en la consolidación de actitudes de autoaceptación, interés, disfrute, respeto, solidaridad y cooperación.

El ámbito cognitivo está integrado en cada uno de los anterior. Existen otros ámbitos el agonístico que es de naturaleza competitiva, de la salud y del entorno etc. La práctica educativa y el conocimiento sistematizado de los niños, niñas y jóvenes, han mostrado que el desarrollo físico impacta en la salud, en el desempeño intelectual y el logro de las habilidades básicas para el aprendizaje. Con el juego organizado y las actividades de la educación física, los alumnos y alumnas aprenden a construir y seguir normas, fundando con ello su personalidad ética y social. La educación física tiene como meta la formación de sujetos, no de objetos, ni mecanismos de precisión; de ahí que esté profundamente marcada por un fuerte componente afectivo subjetivo, tanto en quien la imparte como en quien la recibe. Su pedagogía se sustenta básicamente en forma activa, es decir, fomenta el aprendizaje a partir de la acción, mediante estructuras comportamentales y no mediante abstracciones o proyecciones a una hipotética realidad.

12.2 EJES TRANSVERSALES EN EL ÁREA

Partiendo de los Ejes Transversales propuestos para el Currículo Nacional Básico, **Identidad, Democracia Participativa y Trabajo**, el área de Educación Física se identifica con los mismos, por la naturaleza teórica y práctica de su disciplina, campos temáticos, estrategias de enseñanza- aprendizaje y con otras aspectos afines a ellas.

Identidad

La Identidad como eje del currículo se orienta a formar en la persona conciencia o sentimientos compartidos de pertenencia, como miembro de una sociedad. Para fortalecer este eje transversal, el área de Educación Física plantea en sus expectativas de logros y sobre todo en sus contenidos actitudinales y procedimentales aportaciones que toman en cuenta la adquisición de aspectos relacionados con éste y por ende con el propósito educativo, en lo que concierne al fortalecimiento de la autoestima, seguridad y confianza de sí mismo y con los demás, afecto, valores y costumbres; también toma en cuenta la aceptación y comprensión de posibilidades de realización de actividades físicas de acuerdo a los aspectos genéticos (rasgos hereditarios, contextura corporal etc.) y del contexto cultural del cual provenga el niño a niña.

Las prácticas de las diferentes actividades físicas conllevan a la internalización de aprendizajes y experiencias propias en cada niño y niña, desde el conocimiento de su propio cuerpo, el despertar a sus posibilidades en el ejercicio, expresiones corporales como medio de lenguaje y comunicación, fortalecer parámetros motrices y perceptivos, creación de movimiento, asimilación de acciones motoras, identificación de sus posibles potencialidades, convivencia con las demás personas y con su entorno, el respeto a las normas, y otros aspectos más que consolidan la *Autonomía Corporal y Personal* de cada niño y niña, creciendo en el desarrollo de su identidad propia. En este caso se fortalece la *Identidad Individual*, como bien se plantea en los contenidos y expectativas del área de Educación Física.

La *Identidad Colectiva y Comunitaria* se caracterizan por las relaciones interpersonales. Se pueden fortalecer desde los bloques de contenidos referentes a los Juegos e iniciación deportiva, en las Actividades Físicas en el Medio Natural y en las Actividades Físicas Extraclase, ya que aquí se explicitan varias expectativas de logro para el enriquecimiento de la Identidad. A través de estos contenidos se realizan aprendizajes relacionados con el trabajo

cooperativo, respeto a las normas y reglamentos, apreciación del entorno, utilización y valoración de recursos propios de su comunidad, práctica y valoración de costumbres deportivas, lúdicas y/o recreativas propias de su región, cultura y/o pueblo, es decir, tomando en cuenta factores que fundamentan la necesidad de una educación intercultural, que consolide esta Identidad desde las expectativas de logro del área de Educación Física.

Democracia Participativa

En las estrategias metodológicas, actividades sugeridas y naturaleza de los contenidos, la *Participación* es enfoque clave para la Educación Física. Toda la fundamentación pedagógica, psicológica o sociológica, pretende la búsqueda del aprendizaje a partir de las secuencias de las acciones sistematizadas en forma activa, vivenciadas y compartidas. No puede existir aprendizaje psicomotor si no se participa activamente en todo el proceso, y a la vez se respetan los parámetros propios del movimiento con base en el respeto a las diferencias individuales.

Para ejemplificar el alcance de logro que puede adquirirse a través del proceso de enseñanza-aprendizaje en los componentes referentes a la democracia participativa, a partir de algunos contenidos del área de Educación Física, se puede mencionar el componente específico de *Organización*, vista desde los aspectos logísticos de las instalaciones, recursos y organización de la clase, de los *Derechos Humanos*, cuando las expectativas de logro del área fomentan la igualdad de oportunidades y el respeto a las diferencias individuales, aspectos que de una u otra manera poseen relación entre los componentes de dicho eje y la naturaleza de los bloques y contenidos siguientes: Actividades Físicas Extraclase y sobre todo en las Actividades Físicas en el Medio Natural, donde sus expectativas se alcanzan precisamente en la puesta en marcha de actividades organizadas desde el aula de clase, con los componentes básicos para su planificación, integrando necesidades, intereses y posibilidades existentes para la ejecución y realización de actividades sugeridas por los actores del proceso educativo, así mismo, retoma aspectos relacionados con los derechos y deberes propios a las edades de los niños y niñas, sus intereses, el respeto a sus valores, costumbres, tradiciones, actitudes y habilidades, según la actividad física que seleccionen.

Trabajo:

Si tomamos el concepto *Trabajo*, desde el enfoque de responsabilidades compartidas, eficiencia en la ejecución y eficacia en el tiempo de realización y calidad en la tarea realizada, podemos relacionar la contribución que aporta el área en el fortalecimiento y valoración del trabajo. En las actividades físicas es necesario armonizar todos los factores que inciden cuando determinamos asignaciones personales y/o grupales ya que su realización garantizan resultados satisfactorios en el proceso de aprendizaje y mucho más importante, contribuyen a dar lineamientos de las características por las cuales se determina el trabajo eficiente y productivo.

Por la naturaleza del área, se pueden evidenciar muchos aspectos que caracterizan los componentes de este Eje, tales como:

El área de Educación Física en el desarrollo del bloque de contenido de Condición física para la salud, habilidades y destrezas básicas, plantea expectativas en el desarrollo, fortalecimiento y preparación de la capacidad física funcional de la persona, preparándola física y mentalmente para la realización de actividades que impliquen un esfuerzo óptimo en las tareas que realiza en el quehacer cotidiano personal y laboral con un trabajo eficiente y eficaz. En la Educación Básica se intenta concientizar en la importancia de una preparación física y mental para el logro de aspectos concernientes al mejor desempeño laboral, tanto en lo físico como en lo mental, como una base para la valorización de sus esfuerzos de manera satisfactoria y óptima en la realización de funciones propias de la vida social, expectativa que se puede lograr a través de los contenidos procedimentales, pilares en la obtención de aprendizajes significativos de nuestra área de estudio.

Otro de los componentes importantes para el Área de Educación física y directamente relacionado con los Ejes transversales es la **Salud**. Si analizamos cada uno de los ejes propuestos por el CNB, de una u otra manera todos poseen una relación con este componente. Cuando hablamos del bienestar del ser humano, del logro de sus potencialidades, de la incorporación de una persona saludable en su ambiente de convivencia diaria, estamos implícitamente hablando de salud (física y mental). Este componente puede incidir en el desarrollo de los ejes de la Identidad, la Democracia Participativa (según las condiciones físicas de la persona : alimentación, enfermedades, capacidad funcional , etc.) y hasta en el mismo eje del Trabajo, por lo que respecta a la eficiencia, eficacia, calidad

brindada en cada una de las asignaciones que se nos presenta en el diario vivir, desde el trabajo como juego, en las edades iniciales hasta las responsabilidades del adulto en su integración a la vida laboral.

Este componente, al igual que los ejes propuestos para el CNB será tratado transversalmente en los contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales del área de Educación Física, se hará énfasis en la importancia de la salud como base fundamental en la adquisición de saberes y experiencias significativas, en el aprendizaje y valoración de la actividad física como medio para la dignificación humana.

12.3 EXPECTATIVAS DE LOGRO EN EL ÁREA

Las expectativas de logro explicitan las intencionalidades educativas y expresan el grado de desarrollo de las competencias del área de tipo cognitivo, procedimental y valorativo/ actitudinal que la Educación Básica debe garantizar equitativamente a los alumnos y alumnas.

Al finalizar la Educación Básica, los alumnos y alumnas :

1. Conocen y valoran su cuerpo y la actividad física como medio de expresión y disfrute de sus posibilidades motrices, de relación con los demás y como recurso para organizar su tiempo libre.
2. Desarrollan y aplican las habilidades y destrezas motrices, favoreciendo su desarrollo óptimo según sus etapas de crecimiento y maduración física y mental.
3. Regulan y dosifican su esfuerzo llegando a un nivel de autoexigencia acorde con sus posibilidades y la naturaleza de la tarea que se realiza, utilizando como criterio fundamental el valor de dicho esfuerzo y no sólo el resultado obtenido.
4. Adaptan y adoptan hábitos de higiene de alimentación, de posturas y de ejercicio físico, manifestando una actitud responsable hacia su propio cuerpo y de respeto hacia los demás, relacionando estos hábitos con los efectos sobre la salud.
5. Utilizan sus capacidades físicas básicas, las destrezas motrices y su conocimiento de la estructura y funcionamiento del cuerpo para la actividad física y adaptar el movimiento a las circunstancias y condiciones de cada situación.
6. Plantean y valoran las alternativas de solución a los problemas relacionados con el dominio de los patrones motrices básicos, adecuándose a estímulos perceptivos y seleccionando los movimientos previa valoración de sus posibilidades, diferencias individuales y cultura propia.
7. Participan activamente en juegos y actividades estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando la discriminación por las diferencias individuales, así como, los comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad en las actividades competitivas.
8. Valoran la cultura del movimiento como un medio para la manifestación de actitudes, valores, costumbres y características propias de la personalidad y de los diferentes pueblos, en búsqueda de la armonía social.
9. Conocen y valoran la diversidad de actividades físicas y deportivas y los entornos donde se desarrollan, participando en su conservación y mejora de sus raíces culturales.
10. Toman conciencia y hacen uso de los recursos expresivos del cuerpo y del movimiento para comunicar y expresar sensaciones, ideas y estado de ánimo, así como para comprender mensajes expresados de este modo.
11. Acceden al comportamiento social que facilite el crecimiento individual mediante la participación solidaria, la responsabilidad y el respeto a las demás personas, especialmente en las relaciones de cooperación indispensables en una actividad física, desde lo lúdico hasta la iniciación deportiva.
12. Conocen la realidad deportiva de su país, desde sus propios pueblos y sus recursos para la práctica de la actividad física como una manera más de utilizar el tiempo libre.
13. Valoran y practican las costumbres y tradiciones, relacionadas con la actividad física, propias de la familia y de la cultura a la cual pertenecen.

14. Reafirman y valoran su identidad, sentimientos de autoestima, autonomía y cooperación desde la participación activa en las diferentes actividades físicas.

12.4 PRESENTACIÓN Y FUNDAMENTACIÓN DE LOS BLOQUES POR AREA

Los contenidos son el conjunto de formas culturales y de saberes seleccionados para formar parte de un área en función de las expectativas generales que se pretenden lograr, en el contexto educativo. Así pues, si consideramos formas culturales y por lo tanto, objeto educativo, todas las formas de movimiento o actividades físico- deportivas, desde las más sencillas y básicas (caminar, saltar, lanzar, rodar, trepar..), pasando por aquellas que requieren de una mayor elaboración (juegos, gimnasia, expresión corporal...) hasta aquellas actividades institucionalizadas como son los diferentes deportes, podemos establecer que todas ellas engloban potencialmente los bloques de contenidos de la enseñanza de la Educación Física.

Estos bloques de contenidos han sido seleccionados de acuerdo a los criterios siguientes: La *secuencia* de los contenidos que dependerá del nivel y etapa de desarrollo físico y mental de los niños y niñas; la *significatividad* de los mismos, tomando en cuenta los intereses, necesidades, saberes y experiencias previas de los alumnos y alumnas en cada etapa de su nivel educativo; la *integración* de conocimientos prácticos y teóricos, donde la función del aprendizaje motriz, no sólo se limita a la capacidad del cuerpo para desarrollar movimiento, sino más aún, a favorecer la capacidad de desarrollo integral de la persona, en lo intelectual, afectivo, social y cultural.

A continuación se presenta una descripción de los bloques de contenidos propios al quehacer educativo de la Educación Física:

12.4.1 BLOQUE: IMAGEN, PERCEPCIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

Este bloque desarrolla lo concerniente al conocimiento que los niños y niñas tienen sobre su propio cuerpo a partir de su realidad corporal y sus saberes previos; es un conocimiento vivenciado, global y funcional que les permite hacerse una imagen de sí mismos y de los demás, así como, fortalece el conocimiento del esquema y conciencia corporal a partir de las nociones elementales de referencia espacial y temporal que ya tienen. Las funciones perceptivas se estimulan a través de las acciones sensoriales (sentidos) y su relación con la capacidad de movimiento de acuerdo a los estímulos externos e internos del medio que los rodea.

Los niños y niñas desarrollarán sus posibilidades expresivas como un medio más para la comunicación, tomando de base sus posibilidades motrices y corporales, desde sus gestos, movimientos, mímicas y dramatizaciones para la transmisión de lenguajes, que expresan sentimientos, emociones y necesidades propias de su persona. La enseñanza de la expresión corporal para los niños y niñas tendrá dos propósitos, el primero para fortalecer la competencia motriz y el segundo, el de enriquecer su capacidad de valoración estética del movimiento.

12.4.2 BLOQUE: CONDICIÓN FÍSICA PARA LA SALUD, HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

Las actividades de este bloque giran en torno a la enseñanza y aprendizaje de hábitos higiénicos y de salud, como son el cambio de ropa, el aseo personal, los hábitos posturales, los hábitos alimenticios, el calentamiento y la relajación al comenzar y al finalizar el ejercicio, así como, la relación de las funciones básicas del cuerpo y el ejercicio (la fuerza de los músculos, la respiración, las pulsaciones, la coordinación...) el calentamiento y la relajación. El aprendizaje motor, supone un salto cualitativo en el desarrollo motor y **tiene su base en los contenidos del bloque anterior**, en lo que se refiere a las habilidades de coordinación, perceptivas y dominio de los movimientos básicos. Estas habilidades se refieren al desarrollo de capacidades motrices que son base para la adquisición de movimientos complejos que determinan la conducta motriz ante las diferentes situaciones propias de la actividad física.

12.4.3 BLOQUE: JUEGOS E INICIACIÓN DEPORTIVA

El juego y el deporte pueden constituir una integración de los diferentes contenidos de la actual Educación Física. El deporte es un fenómeno social propio de nuestra sociedad y como tal, debe ser utilizado y enseñado en los centros educativos pero procurando que este no llegue a condicionar la propia práctica deportiva, ni tampoco limitarse al

aprendizaje de determinadas habilidades específicas. Este debe tener en cuenta el entorno socio-cultural que influye sobre esa práctica. La aplicación y desarrollo del juego se enfatiza desde las clasificaciones siguientes: *de cooperación y cooperación/ oposición, de destrezas y de adaptación, de iniciación a habilidades deportivas, tradicionales y autóctonos, de simulación y juegos en el campo.*

12.4.4 BLOQUE: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL Y EXTRACLASE

Las actividades físicas por naturaleza se identifican con la libertad del cuerpo en un espacio natural, propio al entorno que nos rodea, además de conocer y adaptarse a los recursos disponibles, a las posibilidades de movimiento o ejercicio que el entorno nos provee; la interacción social con las demás personas en sus medios naturales y otros aspectos inherentes a este bloque de contenido. Las Actividades Extraclase en los centros de enseñanza vienen a completar el proceso educativo desarrollado tras la jornada escolar.

Las actividades extraclase persiguen el objetivo de complementar fuera del aula lo que se hace en el aula o en ambientes escolares y se le añaden a su valor intrínseco de aprendizajes complementarios, los relacionados con los de convivencia y socialización. Serán parte de este bloque la organización de cuadros deportivos, artísticos, eventos culturales y recreativos propios de la comunidad escolar y de interacción con otras comunidades escolares.

Este bloque de contenidos se desarrollará en forma paralela e integrada con los demás bloques anteriores y como parte del Proyecto Educativo de Centro (trabajo inter y multidisciplinar).

12.5 PRESENTACIÓN Y FUNDAMENTACIÓN DE LOS BLOQUES POR CICLO

12.5.1 BLOQUE TEMÁTICO: IMAGEN, PERCEPCIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

Primer Ciclo: A través de este bloque temático los alumnos y alumnas aprenderán a conocer y manejar, adaptar y asimilar su imagen corporal, a moverse en el espacio en diferentes áreas, niveles, direcciones, patrones y rangos, a utilizar su cuerpo y la conciencia corporal para construir su propio aprendizaje significativo en las acciones motoras que diariamente realizan. Así mismo, logrará el desarrollo de la conciencia del esfuerzo y de relaciones que se dan entre las partes de su cuerpo, entre él o ella y las demás personas, y viceversa.

El logro de lo anterior necesita obligatoriamente el desarrollo de la percepción a través del trabajo lúdico, de movimiento creativo y otras técnicas y estrategias didácticas apropiadas al desarrollo de este tema y de la edad de desarrollo físico y mental de los niños y niñas. En este caso, en el primer ciclo se refuerza la etapa de asimilar y adaptarse al movimiento complejo y a las percepciones sensoriales. Los aspectos fundamentales de la Expresión Corporal son la preparación del cuerpo, su sensibilización y concientización; en este ciclo, es necesario el desarrollo de la capacidad expresiva del cuerpo. El niño y niña debe poseer muchas opciones y experiencias en lo que se refiere a las diversas formas de comunicación, entre ellas, la comunicación corporal a través de los gestos, las formas de movimiento, los sentimientos y las emociones. Éstas se desarrollarán y aplicarán a través de la consolidación de los diferentes aprendizajes relacionados con la sensopercepción, donde cada ser humano entabla relación con el mundo a través de sus sentidos y elabora un mundo perceptual, tomando conciencia de su propio cuerpo y la liberación a través del lenguaje del movimiento.

Segundo Ciclo: Se fortalece lo plantado en el primer ciclo a través de la exigencia gradual en el refinamiento de aprendizajes motrices y perceptivos. El niño y la niña cuentan con mayor dominio motor por su etapa de maduración física y mental. Ya perciben con mayor profundidad el movimiento y lo adaptan a las diferentes exigencias espaciales y temporales de su entorno y sobre todo lo aplica en las actividades rítmicas. Aprende a organizar el movimiento en relación con los parámetros aprendidos en el ciclo anterior y sobre todo a tomar referentes como estrategias de acción. En este periodo, serán capaces de desarrollar y aplicar formas concretas de expresión corporal, partiendo de la *improvisación* (que es hacer algo de pronto, sin preparación, espontánea) el logro de lo imaginativo y la expresión corporal, concretando a través de la *composición* (que busca desarrollar las percepciones de quien compone y de

quien observa dentro de cinco principios: Libertad, Unidad, Equilibrio, Equivalencia y de Oposición) la construcción de experiencias y conocimientos que fortalecen la expresión motriz y se integra como una vía más de comunicación efectiva en lo que se refiere a las personas en su actuar consigo mismo y con los demás.

Tercer ciclo: En este ciclo se consolida el fortalecimiento de todos los movimientos corporales y expresivos, propios de la capacidad y maduración física y mental de los y las jóvenes, a través del dominio motriz en las diferentes actividades físicas. Durante su fase de adolescencia los educandos experimentan muchos cambios: la forma de actuación vista desde sí mismo y como los observan las demás personas es una de las inquietudes más propias de esta edad y de este periodo de desarrollo. La expresión corporal, consolidada desde el primer ciclo y enriquecida en el segundo, asegura que los y las adolescentes cuenten con una herramienta, un medio o una alternativa para expresar sus inquietudes, liberar energías, sentimientos, comunicar ideas y otros aspectos propios de la comunicación desde su interior hasta la exteriorización de las mismas de manera más efectiva y significativa en las etapas de desarrollo físico y mental. En este ciclo será conveniente realizar, con estos contenidos, un tratamiento didáctico específico, en el que sea posible polarizar la atención según la finalidad y el momento del desarrollo motor de los alumnos y alumnas, para volver continuamente a la globalidad y así valorar algunos elementos que, con un tratamiento específico, modifica las posibilidades de la expresión en cada joven.

12.5.2 BLOQUE TEMÁTICO: CONDICIÓN FÍSICA PARA LA SALUD, HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

Primer Ciclo: Este bloque tiene como objetivo el mejoramiento de la eficacia fisiológica y mecánica de los niños y niñas propias de su edad, y se realiza a través del desarrollo de actividades y cualidades motoras básicas que pueden ser entendidas como aquellos factores que cualifican a una persona para la realización de una actividad física. También fortalecen sus cualidades físicas tales como: fuerza de extremidades superiores e inferiores, fuerza abdominal, flexibilidad dorsal, de piernas y de hombros; y lo referente a las carreras cortas de velocidad. En cuanto a los hábitos de higiene corporal, éstos forman parte importante en la consolidación de aprendizajes actitudinales, pilares en la formación integral de los niños y niñas en este ciclo de la Educación Básica. Asimismo, en este bloque se dan los lineamientos para que el niño y niña internalice la importancia de familiarizarse con la cultura del movimiento para lograr un trabajo efectivo según sus tareas y acciones cotidianas, valorando el movimiento como un elemento insustituible en el desarrollo infantil. La psicomotricidad (vista desde el desarrollo de las habilidades y destrezas motoras del cuerpo) desempeña un papel fundamental en el desarrollo armónico de todos los aspectos físicos, biológicos y psicológicos de la persona y de la personalidad en el niño y niña en esta etapa. Aquí los alumnos y alumnas exploran su entorno como un movimiento natural, global y espontáneo, donde se le debe brindar muchas opciones motoras para su experimentación, asimilación y adaptación individual a las diversas habilidades básicas (desplazamientos, saltos, giros, movimientos locomotores, no locomotores y manipulativos, etc).

Segundo Ciclo: Profundiza los alcances y aprendizajes anteriores, exigiendo más de los alumnos y alumnas, de acuerdo a las características de su desarrollo motor y tomando en cuenta caracterizaciones relacionadas con la capacidad respiratoria a través de la práctica de carreras de mayor distancia, resistencia aeróbica y anaeróbica, mayor coordinación, agilidad y equilibrio dinámico. Los contenidos actitudinales y procedimentales apuntan al fortalecimiento de los hábitos higiénicos corporales observándose comportamientos que interrelacionan sus contenidos con la educación para la salud, en una mejor condición física y calidad de vida.

Se continúa también con la experimentación, aplicación y resolución de tareas concernientes al desarrollo de las posibilidades motrices, centrando su actividad e interés en el movimiento y en el acto de moverse a través de bloques de ejercicios con mayor complejidad, mayor intensidad en el ritmo y esfuerzo en el trabajo motriz. Además combina los diferentes parámetros aprendidos anteriormente, creando nuevas formas de aplicación de destrezas. Las cualidades físicas se trabajan en forma más específica en busca de mayores condiciones físicas ante el ejercicio.

Tercer Ciclo: Consolida los aprendizajes anteriores, en la búsqueda de una autonomía para el entrenamiento, en la mejora óptima de las cualidades motrices básicas y coordinativas, generando una autonomía en la realización de bloques, rutinas ó circuitos de movimientos con exigencia personal y valoración de su esfuerzo. Se consolidan comportamientos actitudinales sobre hábitos de higiene propios a estas edades en fomento de una salud tanto física como mental.

Las habilidades y destrezas en este ciclo se orientan más hacia el mantenimiento y perfeccionamiento de las capacidades coordinativas y resultantes (agilidad, coordinación, potencia), al perfeccionamiento básico motor, el dominio de los mecanismos de percepción, decisión, ejecución, control y la aplicación de circuitos de habilidades y destrezas (de las básicas a las específicas). El desenvolvimiento de las tareas motrices se individualizan, el y la joven incrementan su interés de superar sus propios parámetros físicos, se establecen circuitos propios de habilidades y destrezas, de acuerdo a las necesidades y condiciones físicas de los alumnos y alumnas.

12.5.3 BLOQUE TEMÁTICO: JUEGOS E INICIACIÓN DEPORTIVA

Primer Ciclo: El juego en esta etapa educativa es esencial como medio de aprendizaje y autorealización personal. Lo que significa el trabajo para la persona adulta, es lo que significa el juego para los niños y niñas. A través de ellos lograremos muchas expectativas de aprendizaje y no sólo en lo que se refiere a la educación física. El juego es una vía efectiva para la asimilación de aprendizajes de cualquier índole académica. Los educandos serán capaces de participar activamente en los diferentes tipos o clasificaciones de los mismo, de acuerdo a sus intereses y necesidades según su edad. De aquí logrará en forma muy generalizada, conocer algunas características de los deportes e iniciar en forma sencilla la práctica de algunos de ellos. En este sentido la propuesta de la enseñanza de los juegos y deportes, además de fundamentarse en valores educativos, tratará de adaptarse a las posibilidades lúdicas y liberadoras que promueven o exigen un tipo característico de conocimiento, el conocimiento práctico del “saber cómo”, y además la comprensión de procedimientos implicados en el juego deportivo y la adquisición contextual de las habilidades técnicas.

Entre las edades de 6 a 9 años correspondientes al desarrollo de este ciclo, las caracterizaciones propias de la maduración física y mental tienen un énfasis en el egocentrismo de los niños y niñas, el deseo del liderazgo, la imposición de criterios propios y otros rasgos. Por lo tanto, es fundamental que, a través de este bloque de contenido, se transformen y solidifiquen dichas caracterizaciones haciendo énfasis que a través de los juegos se comparten en forma armónica y amistosa, los logros, fracasos y obstáculos según la naturaleza del mismo.

Segundo Ciclo: Los niños y niñas, profundizando en las diferentes clasificaciones de los juegos y deportes, serán capaces en este ciclo de proponer y ejecutar en forma más específica, actividades referentes a la práctica lúdica del movimiento a través del juego y de la iniciación deportiva en sus bases fundamentales, como ser: normas, reglamentación y naturaleza de los mismos. El esfuerzo se valora a partir del dominio motriz básico para estas edades, donde la exigencia de aprendizajes motores, tales como la fundamentación técnica de la iniciación deportiva, establece bases sólidas para el perfeccionamiento deportivo en edades posteriores. Es muy importante consolidar las actitudes personales, en el sentido de valorar las acciones o comportamientos positivos de los y las estudiantes en cuanto al trabajo colaborativo, respeto hacia los demás, liderazgo positivo, solidaridad, valoración del esfuerzo y otros aspectos importantes en el desarrollo integral.

Tercer Ciclo: En este ciclo se fortalece la observación y experimentación de actividades con tendencias hacia la iniciación deportiva, sin dejar a un lado la práctica de otros tipos de juegos. Se establecen exigencias de mayor esfuerzo para resultados más precisos en los fundamentos técnicos y tácticos de algunos deportes, según las necesidades y condiciones presentes en el proceso de aprendizaje y se busca consolidar las actitudes que beneficien la maduración física y mental de los y las adolescentes.

12.5.4 BLOQUE TEMÁTICO: ACTIVIDADES EN EL MEDIO NATURAL Y EXTRACLASE

Primer Ciclo: El niño y la niña se desenvuelven en diferentes ambientes, sobre todo en el medio natural. Es necesario que realicen actividad física con experiencias inter y multidisciplinarias, en el medio ambiente que los rodea, tales como: parques, patios, instalaciones deportivas y otros espacios que motiven y refuerzen los aprendizajes que se dan en la escuela y se complementen con experiencias vivenciadas que se convierten en un fuerte estímulo para los alumnos y alumnas de estas edades. En las actividades extraclases, el niño y niña tendrán la oportunidad de conocer, relacionarse, convivir, vivenciar y poner en práctica sus aprendizajes tanto físicos como de maduración social, compartiendo con los compañeros y compañeras actividades de iniciación deportiva, cuadros artísticos,

culturales y de otra índole, que de una u otra manera estimulan actitudes, aptitudes, habilidades y destrezas propias de cada persona.

Segundo Ciclo: De igual propósito que en el ciclo anterior, en este período se desarrollarán actividades con mayor grado de especificidad en lo que se refiere a la planificación de actividades en el medio natural y actividades extraclases, cercanos a su entorno escolar y comunitario: las salidas a lugares abiertos apropiados para la realización de actividades físicas y convivios con otras escuelas o con otros grupos de la misma organización. Asumen también responsabilidades en la organización y preparación de las mismas, la incorporación y práctica constante de actividades de iniciación deportiva, artística y cultural y /o académica (integración de equipos deportivos, cuadros artísticos y culturales, club de proyectos científicos, etc.)

Tercer Ciclo: Se pretende mayor participación de los alumnos y alumnas en la planificación de las actividades tanto en el medio natural como extraclase. Se proponen metas con mayor exigencia en el esfuerzo físico y de planificación, toma de decisiones y resolución de conflictos. Las actividades se puede orientar, por ejemplo: a escalar, realizar recorridos o caminatas con mayores distancias, rutas en bicicletas, nadar y otras actividades de acuerdo a las necesidades e intereses de los y las participantes, según los recursos disponibles y otros factores a tomar en cuenta. Las actividades extraclases igual se orientan a la conformación de equipos, cuadros artísticos y otros, con una planificación sistemática y la incorporación constante en actividades de presentación, competencia, concursos y de otra naturaleza similar.

Este bloque se desarrollará en forma paralela con los contenidos de los demás bloques anteriormente planteados, ya que muchas de sus actividades realizadas en el medio natural y extraclases son aprendizajes y prácticas adquiridas en los mismos y que son necesarios evidenciarlos en las actividades propias del entorno natural, cultural y social. Así facilita los espacios para el Proyecto Educativo de Centro, la inter y la multidisciplinariedad en el aprendizaje.

12.6 EXPECTATIVAS DE LOGRO POR CICLO

12.6.1 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL PRIMER CICLO

Al finalizar el primer ciclo de Educación Básica , los alumnos y alumnas :

1. Conocen, valoran y cuidan su propio cuerpo, sus capacidades perceptivas y de movimiento, así como, demuestran respeto por las acciones motoras de los demás compañeros y compañeras.
2. Expresan corporalmente emociones, sentimientos e ideas, e interpretan los gestos de las demás personas, utilizando la expresión corporal como un medio más de comunicación.
3. Toman conciencia de su autonomía corporal, creando patrones de movimiento y ejercicio propio.
4. Desarrollan y controlan su esquema y conciencia corporal, ejercitándolos de acuerdo a la relación entre las personas y los objetos.
5. Conocen y utilizan las nociones espaciales y de relación aplicándolas adecuadamente en las acciones motrices de su propio cuerpo con los objetos y con el espacio exterior.
6. Identifican y practican movimientos sincronizados con parámetros rítmicos.
7. Adoptan hábitos de higiene corporal, valorizando su estado de salud física y actuando responsablemente, sin riesgo para su salud.
8. Regulan y dosifican en forma general, su esfuerzo físico, su respiración y su tensión-relajación, en las actividades propias a su edad.

9. Resuelven problemas que exijan dominios motrices, de acuerdo a las características de su etapa de desarrollo motor, dando respuestas motrices ante un determinado estímulo en un espacio de tiempo adecuado.
10. Utilizan y practican capacidades físicas, habilidades y destrezas básicas para un mejor desempeño personal en las actividades lúdicas y de esfuerzo cotidiano.
11. Conocen, se integran y valoran diversas actividades físicas, recreativas y deportivas, compartiendo colectivamente experiencias propias del entorno.
12. Participan y practican diferentes rutinas de ejercicios, juegos y actividades físicas, respetando las reglas y normas establecidas.
13. Experimentan el juego y el deporte como objeto de placer y diversión, disfrutando con alegría el trabajo corporal que realiza.
14. Valoran la realización de actividades físicas para un mejor desempeño escolar, actuando con esfuerzo para vencer las dificultades superables.
15. Respetan y tienen cuidado de su entorno, de la naturaleza, de las instalaciones y del material existente en él y que le es útil para la realización de actividades físicas, recreativas y/o deportivas propias de su comunidad.
16. Valoran la actividad física como una de las prácticas de su tiempo libre y escogen las formas más adecuadas según las propias características e intereses personales.

12.6.2 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL SEGUNDO CICLO

Al finalizar el segundo ciclo de Educación Básica, los alumnos y alumnas:

1. Conocen y valoran el funcionamiento de su cuerpo, de sus capacidades perceptivas y de movimiento.
2. Demuestran y practican el cuidado de su propio cuerpo y de las acciones corporales que realiza, así como, respeto por las acciones motoras de los demás personas, fortaleciendo con ello sus sentimientos de autoestima y confianza.
3. Toman conciencia y decisiones ante su autonomía corporal y sus actividades físicas diarias, creando patrones de movimiento y ejercicio propio con esfuerzo para vencer las dificultades superables.
4. Expresan con mayor dominio corporal las emociones, sentimientos e ideas e interpretan los gestos de las demás personas, utilizando la expresión corporal como un medio más de comunicación.
5. Fortalecen, aplican y valoran hábitos de higiene corporal, valorizando su estado de salud física ante los cambios físicos, afectivos y biológicos propios de su edad escolar.
6. Actúan responsablemente sin riesgo para la salud con iniciativas motrices aprendidas, regulando y dosificando su esfuerzo físico en las diferentes actividades propias de su edad.
7. Interpretan y aplican adecuadamente las nociones espaciales y de relación en las acciones motrices de su propio cuerpo, con los objetos y con el espacio exterior.
8. Resuelven problemas presentando alternativas de solución ante exigencias motoras según la actividad física que realiza y de acuerdo a las características de su etapa de desarrollo motor, dando respuestas motrices ante un determinado estímulo, en un espacio de tiempo adecuado y acorde a sus características físicas y su desarrollo motor.
9. Practican y utilizan las capacidades físicas básicas, para un mejor desempeño personal en las actividades lúdicas y de esfuerzo cotidiano.

10. Conocen, valoran y se integran a las diversas actividades físicas y deportivas para lograr un mejor desempeño escolar y personal.
11. Comparten colectivamente experiencias recreativas propias del entorno, participando en juegos y actividades físicas, respetando las reglas y normas establecidas y disfrutando con alegría el trabajo corporal.
12. Respetan y cuidan su entorno, la naturaleza, las instalaciones y el material, tanto propio como comunitario útil para la realización de diversas actividades físicas.
13. Practican y valoran la actividad física como posible práctica de su tiempo libre y escogen las formas más adecuadas a las propias características e interés personal, cultural y social.

12.6.3 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL TERCER CICLO

Al finalizar el tercer ciclo de la Educación Básica los alumnos y alumnas:

1. Valoran el funcionamiento de su cuerpo en sus acciones cotidianas, conociendo y aplicando las formas y métodos para desarrollar las capacidades condicionales, perceptivo-motoras y expresivas y la relación entre éstas y su bienestar personal y social.
2. Fortalecen y aplican los hábitos de higiene corporal en sus rutinas cotidianas.
3. Dosifican el esfuerzo físico de acuerdo a las exigencias corporales propias de su edad.
4. Poseen amplias, ricas y variadas experiencias de movimiento que les facilitan la aplicación de aprendizajes en situaciones de la vida cotidiana, en juegos y deportes, y una “disponibilidad corporal” que sintetice su capacidad de actuar e interactuar con el medio natural y social.
5. Plantean, aplican y resuelven problemas que exijan dominios motrices en las diferentes habilidades y destrezas específicas, así como relacionados con diferentes parámetros de las cualidades motrices, para un mejor desempeño personal.
6. Valoran y ponen en práctica su capacidad creativa, de expresión corporal y movimiento, planteando alternativas de solución en las diferentes tareas motrices que realiza y que le plantea su entorno, en relación al lenguaje y comunicación corporal.
7. Aplican y construyen formas de evaluar diferentes parámetros propios de las cualidades motrices para un mejor desempeño personal.
8. Conocen, valoran y participan con entusiasmo en la recuperación de actividades lúdicas, recreativas y deportivas de su cultura, evidenciando disposición y capacidad para programar, organizar y ejecutar en grupo actividades en la naturaleza y al aire libre.
9. Se desempeñan en el medio natural con independencia, responsabilidad y sentido social, a la vez que contribuyen a la preservación del mismo.
10. Comparten, proponen y realizan acciones relacionados con todos los recursos expresivos de su cuerpo, en actividades lúdicas, recreativas, deportivas y otras afines a sus intereses, valorando su capacidad creativa de expresión corporal como medio de autorealización personal.
11. Tienen conciencia del movimiento y el trabajo corporal como medio de disfrute y alegría propia para mantener la salud física y emocional, tanto en forma personal como grupal.
12. Crean patrones de movimiento complejos aplicando la mayoría de los parámetros motrices aprendidos.

13. Aplican las medidas de seguridad, normas y reglamentos propios de las actividades físicas a desarrollar tanto individual como colectivamente, respetando las diferencias individuales y valorando la igualdad de oportunidades en las acciones referentes a la actividad física y al desempeño de sí mismo y de los demás.
14. Aplican los fundamentos técnicos y tácticos propios de los deportes de su entorno.
15. Conocen los antecedentes del deporte nacional, de los juegos y de las actividades físico –recreativas de su patrimonio cultural, así como diferencian la práctica deportiva institucionalizada de la que se realiza como práctica lúdico motriz, en relación con los compromisos que cada una impone.
16. Valoran y practican el deporte de su interés como forma de expresión y recreación personal en su tiempo libre, proponiendo las formas más adecuadas de realización de acuerdo a las propias características e interés personal, cultural y social.

12.7 EXPECTATIVAS DE LOGRO POR GRADO

12.7.1 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL PRIMER GRADO

Al finalizar el primer grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Expresan verbal y corporalmente el conocimiento de su cuerpo, en forma global y segmentada, demostrando así una actitud de respeto y aprecio hacia su propio cuerpo y para los demás personas.
2. Identifican, practican, valoran y toman conciencia del esfuerzo físico y percepción propia y lo relacionan con los beneficios que adquieren en su aprendizaje motor y con algunas posibilidades de movimiento, de acuerdo a los componentes del esquema y conciencia corporal.
3. Ejecutan, practican y crean diversos movimientos propios al desarrollo de la imagen y percepción corporal, así como diferentes formas de movimiento creativo.
4. Demuestran disposición e interés en superar o fortalecer sus posibilidades y limitaciones corporales, motoras y expresivas, adquiriendo confianza, autonomía y seguridad en sus acciones motoras y actitudes creativas.
5. Conocen la importancia de la expresión corporal como otra forma de lenguaje y medio de comunicación, utilizando y ejercitando el lenguaje corporal para expresar gestos, emociones, sentimientos, ideas o situaciones propias a su edad y crean movimiento expresivo para dar respuestas a situaciones presentadas
6. Realizan diversos movimiento expresivos siguiendo composiciones rítmicas sencillas, practicando diferente rondas y bailes, valorando las expresiones propias y más comunes de su comunidad como las danzas, bailes y rondas de los diferentes pueblos autóctonos.
7. Conocen, diferencian y fortalecen, a través de su práctica, el esquema motor básico desde su forma generalizada en las habilidades, destrezas, capacidades físicas y los movimientos básicos.
8. Ejercitan las habilidades y destrezas básicas de forma cuanti y cualitativa, ampliando y mejorando así su trabajo motor y competencia motriz con la práctica de diferentes formas y posibilidades de movimiento.
9. Aceptan sus propias posibilidades motrices, según la ejecución de habilidades y destrezas básicas, reconociendo y valorando los diferentes niveles de habilidad entre los y las compañeras y la importancia que brinda el aprendizaje motriz para el mejor desempeño en sus tareas cotidianas
10. Conocen, adoptan y practican hábitos saludables para su cuerpo y en las actividades físicas realizadas en su entorno escolar, familiar y comunal.
11. Actúan responsablemente sin riesgo a su salud, con iniciativas motrices aprendidas, regulando su propio esfuerzo y capacidades físicas, valorando con ello la práctica del ejercicio para mantener su salud corporal y mental.

12. Conocen, experimentan, practican y valoran diferentes tipos de juegos propios a su edad y a su entorno, y como un medio de aprendizaje con placer, disfrute o diversión.
13. Inician el aprendizaje de aspectos básicos relacionados con la práctica deportiva, participando en diferentes juegos, respetando y aceptando las reglas y normas establecidas para su ejecución.
14. Superan los estereotipos discriminatorios por motivos de género, diferencias étnicas, sociales, culturales y/o religiosas.
15. Conocen, participan y valoran algunas de las diversas actividades físicas propias de su edad, que se pueden realizar en su escuela, en su entorno natural y en las actividades extraclase para mantener su salud mental y corporal y como un estímulo para mantener satisfactoriamente su desempeño escolar, tanto académico como disciplinario, aplicando también lo aprendido en las demás asignaturas.
16. Respetan, cuidan y aprecian su entorno, para así poseer medios para el aprovechamiento del tiempo libre.

12.7.2 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL SEGUNDO GRADO

Al finalizar el segundo grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Expresan verbal y corporalmente el conocimiento del cuerpo, fortaleciendo a la vez su movimiento corporal en forma global, segmentada y combinada, demostrando así una actitud de respeto y aprecio hacia su propio cuerpo y para el de las demás personas.
2. Realizan, utilizan, practican y valoran, tomando conciencia del esfuerzo físico y percepción propia, los conocimientos sobre los parámetros de la imagen, percepción y expresión corporal y los beneficios que adquieren en su aprendizaje motor y sus posibilidades de movimiento.
3. Ejecutan, practican y crean diversos movimientos propios al desarrollo de la imagen y percepción corporal, así como diferentes formas de movimiento con los patrones básicos, formas de equilibrio y movimiento creativo.
4. Demuestran disposición e interés en superar o fortalecer sus posibilidades y limitaciones corporales, motoras y expresivas, adquiriendo confianza, autonomía y seguridad en sus acciones motoras y actitudes creativas.
5. Reafirman la importancia de la expresión corporal como otra forma de lenguaje y medio de comunicación, utilizando y ejercitando el lenguaje corporal para expresar gestos, emociones, sentimientos, ideas o situaciones propias a su edad y crean movimiento expresivo para dar respuestas a situaciones presentadas
6. Realizan diversos movimiento expresivos siguiendo composiciones rítmicas sencillas, elaborando secuencias de ejercicios con y sin acompañamiento musical, practicando diferente rondas y bailes, valorando las expresiones propias y más comunes de su comunidad y de los diferentes pueblos autóctonos.
7. Fortalecen a través de su práctica el esquema motor básico, desde su forma generalizada en las habilidades, destrezas, capacidades físicas y los movimientos básicos.
8. Ejercitan y mejoran algunas de las habilidades y destrezas básicas de forma cuanti y cualitativa, ampliando y mejorando así su trabajo motor y competencia motriz, con la práctica de diferentes formas y posibilidades de movimiento.
9. Aceptan y demuestran interés por sus propias posibilidades motrices, según la ejecución de habilidades y destrezas básicas, reconociendo y valorando los diferentes niveles de habilidad entre los y las compañeras y la importancia que brinda el aprendizaje motriz para el mejor desempeño en sus tareas cotidianas
10. Conocen, adoptan y practican hábitos saludables para su cuerpo en las actividades físicas realizadas en su entorno escolar, familiar y comunal.
11. Actúan responsablemente sin riesgo para su salud, con iniciativas motrices aprendidas, regulando su propio esfuerzo y sus capacidades físicas y valorando con ello la práctica del ejercicio para mantener su salud física y mental.

12. Conocen, experimentan, practican y valoran diferentes tipos de juegos propios de su edad y a su entorno y como un medio de aprendizaje con placer, disfrute o diversión.
13. Inician y reafirman algunos aspectos propios para el aprendizaje de aspectos básicos relacionados con la práctica deportiva, participando en diferentes juegos, respetando y aceptando las reglas y normas establecidas para su ejecución.
14. Superan los estereotipos discriminatorios por motivos de género, diferencias étnicas, sociales, culturales y/o religiosas, a través de la convivencia en el juego y en otras actividades físicas que realiza en su entorno.
15. Conocen, participan y valoran algunas de las diversas actividades físicas propias de su edad, que se pueden realizar en su escuela, en su entorno natural y en las actividades extraclase, para mantener su salud mental y corporal y como un estímulo para mantener satisfactoriamente su desempeño escolar, tanto académico como disciplinario, aplicando también lo aprendido en las distintas áreas.
16. Respetan, cuidan y aprecian su entorno, para así poseer medios para el aprovechamiento del tiempo libre.

12.7.3 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL TERCER GRADO

tercer grado

Al finalizar el tercer grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Fortalecen su movimiento corporal en forma global, segmentada y combinada, demostrando así una actitud de respeto y aprecio hacia su propio cuerpo y para el de las demás personas.
2. Practican y valoran, tomando conciencia del esfuerzo físico, los parámetros de la imagen, percepción y expresión corporal y los beneficios que adquieren en su aprendizaje motor.
3. Practican y crean diversos movimientos propios al desarrollo corporal de su edad así como diferentes formas de movimiento con los patrones básicos, formas de equilibrio y movimiento creativo, como forma de lenguaje y comunicación corporal.
4. Demuestran disposición e interés en superar o fortalecer sus posibilidades y limitaciones corporales, motoras y expresivas, adquiriendo confianza, autonomía y seguridad en sus acciones motoras y actitudes creativas.
5. Utilizan y ejercitan el lenguaje corporal para expresar emociones, sentimientos e ideas propias a su edad y crean movimiento expresivo para dar respuestas a situaciones presentadas, poniendo en práctica las escenificaciones sencillas.
6. Realizan y reproducen diversos movimiento expresivos siguiendo composiciones rítmicas sencillas, elaborando secuencias de ejercicios con y sin acompañamiento musical, practicando diferente rondas y bailes y valorando las expresiones propias y más comunes de su comunidad y de los diferentes pueblos autóctonos.
7. Fortalecen a través de la práctica su propia condición física de base, ejercitando a la vez algunas de las diversas habilidades, destrezas, capacidades físicas y movimientos básicos para el logro de acciones motoras de mayor complejidad en su ejecución.
8. Ejercitan algunas de las habilidades y destrezas básicas de forma cuanti y cualitativa, ampliando y mejorando así su eficiencia en el trabajo motor y competencia motriz en la realización de actividades predeportivas, lúdicas, recreativas o de similar naturaleza.
9. Aceptan, demuestran interés y pueden proponer acciones que fortalezcan sus propias posibilidades motrices según la ejecución de habilidades y destrezas básicas, reconociendo y valorando los diferentes niveles de habilidad entre los y las compañeras y la importancia que brinda el aprendizaje motriz para el mejor desempeño en sus tareas cotidianas.
10. Adoptan y practican hábitos de higiene corporal en sus actividades diarias, en su entorno escolar, familiar y comunal, actuando a la vez responsablemente sin riesgo a su salud, con iniciativas motrices aprendidas, regulando su propio esfuerzo y capacidades físicas, valorando con ello la práctica del ejercicio para mantener su salud física y mental.

11. Practican y valoran la importancia de realizar diferentes tipos de juegos propios de su edad y su entorno y como un medio de aprendizaje con placer, disfrute o diversión.
12. Fortalecen y asimilan aspectos propios de aprendizajes básicos relacionados con la práctica deportiva, participando en diferentes juegos, respetando las reglas y normas establecidas para su ejecución.
13. Superan los estereotipos discriminatorios por motivos de género, diferencias étnicas, sociales, culturales y/o religiosas a través de la convivencia en el juego y en otras actividades físicas que realiza en su entorno.
14. Conocen, participan y valoran algunas de las diversas actividades físicas propias de su edad que se pueden realizar en su escuela, en su entorno natural y en las actividades extraclase, para mantener su salud mental y corporal y como un estímulo para mantener satisfactoriamente su desempeño escolar, tanto académico como disciplinario, aplicando también lo aprendido en las demás asignaturas.
15. Respetan, cuidan y aprecian su entorno, para así poseer medios para el aprovechamiento del tiempo libre.

12.7.4 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL CUARTO GRADO

Al finalizar el cuarto grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Conocen y utilizan las posibilidades del propio cuerpo, valorando sus capacidad de realizar movimientos con mayor grado de complejidad de acuerdo a su desarrollo físico y mental.
2. Aplican en sus acciones motoras combinaciones básicas y específicas de los parámetros propios a la expresión, imagen y percepción corporal.
3. Aplican diferentes movimientos coordinativos, de equilibrio y manipulación de objetos en diferentes situaciones corporales, proponiendo sus propias metas de logro de acuerdo a las posibilidades de movimiento manipulativo, según sus capacidades individuales y de grupo.
4. Aplican y utilizan en sus acciones motoras el lenguaje corporal, aplicando las cualidades del movimiento y los demás parámetros aprendidos, creando, a la vez, diferentes formas de movimiento corporal y expresivo con su propio cuerpo, con sus compañeros, con o sin manipulación de objetos y con o sin acompañamiento musical.
5. Elaboran rutinas y circuitos de ejercicios aplicando los conocimientos adquiridos.
6. Valoran las capacidades de movimiento propias de cada persona y de sí mismo, así como las expresiones artísticas, culturales y autóctonas propias de su entorno.
7. Aplican hábitos de higiene corporal, postural y alimenticia en sus actividades físicas diarias, para mantener su salud física y mental.
8. Fortalecen su condición física y habilidades y destrezas básicas, adaptando y regulando su propio esfuerzo físico en las diferentes pruebas de medición.
9. Desarrollan y fortalecen habilidades y destrezas básicas propias a su edad, a través de la práctica de las cualidades físicas base y resultantes, los mecanismos de respiración y toma de pulsaciones.
10. Actúan responsablemente sin riesgo a su salud, con iniciativas motrices aprendidas y aplicadas en las diferentes tareas cotidianas.
11. Aceptan y valoran las posibilidades físicas y de ejecución motriz, de sí mismo y de los compañeros y compañeras, aplicando las habilidades y destrezas coordinativas en las diferentes actividades físicas que realizan.
12. Proponen, realizan y disfrutan de los diversos juegos, tomando en cuenta sus características y propósitos del mismo, así como respetan las reglas y normas establecidas.

13. Fortalecen, a través del juego, los roles del trabajo cooperativo, asignación de tareas individuales o grupales, y el respeto hacia las posibilidades y capacidades físicas de los y las compañeras.
14. Inician y fortalecen aspectos básicos para el aprendizaje de fundamentos propios de algunos deportes de práctica más común en su medio.
15. Superan los estereotipos discriminatorios por motivos de género, étnicos, sociales, de religión y otros.
16. Valoran su identidad personal y nacional en el desarrollo y selección de juegos, deportes y prácticas corporales de naturaleza lúdica, recreativa y/o competitiva.

12.7.5 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL QUINTO GRADO

Al finalizar el quinto grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Aplican y valoran las diversas aplicaciones de los parámetros corporales a las diferentes posibilidades y formas del movimiento.
2. Aumentan su capacidad de movimiento corporal, expresivo y perceptivo, con el trabajo cualitativo y cuantitativo.
3. Conocen, aplican y valoran la importancia del movimiento creativo como medio de comunicación y forma de expresión.
4. Aplican el dominio de movimientos corporales con las secuencias rítmicas y de forma coordinada.
5. Conocen los efectos básicos de la actividad física en el cuerpo y valoran la importancia del ejercicio en su desarrollo físico.
6. Toman conciencia de la importancia de mantener una deseable condición física y hábitos saludables, para el desempeño de las actividades diarias propias de su entorno.
7. Desarrollan y fortalecen su condición física, adaptando y regulando su esfuerzo físico en los diferentes ejercicios de capacidad muscular y respiratoria.
8. Demuestran actitudes responsables, sin riesgo a su salud, al realizar tareas de acondicionamiento físico, valorando su esfuerzo y las capacidades de su propio cuerpo.
9. Desarrollan y fortalecen sus habilidades y destrezas básicas, aplicando precisión y control en las acciones motoras que realizan.
10. Ejercitan su condición física y habilidades básicas a través del juego y en otras actividades físicas propias de su entorno.
11. Describen las características más comunes del juego como medio de aprendizaje y fortalecimiento de destrezas deportivas y de naturaleza recreativa, tomando en cuenta las características y propósitos del mismo al momento de realizarlos.
12. Inician y fortalecen aspectos básicos para el aprendizaje de fundamentos propios de algunos deportes de práctica más común en su medio y de la iniciación competitiva.
13. Fortalecen, a través del juego, los roles del trabajo cooperativo, asignación de tareas individuales y/o grupales, y el respeto hacia las posibilidades y capacidades físicas de los y las compañeras.
14. Conocen, valoran y ponen en práctica la naturaleza de los juegos recreativos como medio de disfrute y de relajación física y mental, así como valoran las diferentes expresiones artísticas a nivel local y regional.

15. Participan y valoran la importancia de realizar diferentes actividades físicas recreativas o de iniciación deportiva propias de su edad, en su entorno natural y en horario de clase y/o extraclase, como un estímulo para mantener satisfactoriamente su desempeño escolar tanto académico como disciplinario, así como su salud física y mental.
16. Integran cuadros o equipos organizados en su escuela en un horario extraclase, fortaleciendo, adquiriendo y/o aplicando habilidades y destrezas motoras, expresivas y comunicativas, manuales y otras al realizar regularmente las actividades extraclase.

12.7.6 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL SEXTO GRADO

sexto grado

Al finalizar el sexto grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Aplican y valoran las capacidades corporales, perceptivas y expresivas de su cuerpo en movimiento, como medio para desarrollar acciones motoras.
2. Aplican y valoran la importancia del movimiento creativo como forma de lenguaje y medio de comunicación.
3. Aplican el dominio de movimientos corporales con las secuencias rítmicas de forma coordinada, progresiva y armónica.
4. Valoran y toman conciencia de la importancia de mantener una adecuada condición física para su desenvolvimiento corporal, practicando sus propias rutinas de ejercicios.
5. Desarrollan y fortalecen su condición física adaptando y regulando su esfuerzo físico en las diferentes ejercicios de capacidad muscular y respiratoria.
6. Demuestran actitudes responsables, sin riesgo a su salud, al realizar tareas de acondicionamiento físico y dominio de algunas habilidades y destrezas, valorando su esfuerzo y las capacidades de su propio cuerpo.
7. Fortalecen y aplican sus habilidades y destrezas básicas y específicas, aplicando precisión, control y dominio en la acciones motoras que realizan.
8. Conocen y describen las características de los juegos competitivos a través de los deportes olímpicos, especialmente lo que se realizan en su entorno local, regional o nacional.
9. Fortalecen y aplican los aspectos técnicos y tácticos para el aprendizaje de fundamentos propios de algunos deportes, de práctica más común en su medio local, regional o nacional.
10. Fortalecen y toman conciencia a través del juego sobre los roles del trabajo cooperativo, asignación de tareas individuales y/o grupales y el respeto hacia las posibilidades y capacidades físicas de los y las compañeras, así como medio de aprendizaje y disfrute personal y colectivo.
11. Conocen, valoran y ponen en práctica la naturaleza de los juegos recreativos como medio de distracción y relajación física y mental, así como valoran las diferentes expresiones artísticas a nivel local, regional y nacional.
12. Participan y valoran la importancia de realizar diferentes actividades físicas recreativas o de iniciación deportiva propias de su edad, en su entorno natural y en horario de clase y/o extraclase, como un estímulo para mantener satisfactoriamente su desempeño escolar tanto académico como disciplinario, así como su salud física y mental
13. Integran cuadros o equipos organizados en su escuela en un horario extraclase, fortaleciendo, adquiriendo y/o aplicando habilidades y destrezas motoras, expresivas y comunicativas, manuales y otras, al realizar regularmente las actividades extraclase.

12.7.7 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL SÉPTIMO GRADO

Al finalizar el séptimo grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Mejoran las capacidades coordinativas procurando un dominio, ajuste y control corporal adecuado.
2. Inician la integración de habilidades básicas en habilidades específicas, desarrollando la capacidad de percibir estímulos relevantes para su aplicación en diferentes situaciones motrices.
3. Utilizan el movimiento de forma espontánea y creadora para dar respuesta satisfactoria a situaciones nuevas de actividad física y de comunicación, favoreciendo la desinhibición personal y grupal.
4. Inician la práctica de danzas colectivas folklóricas propias de la comunidad para interactuar socialmente y destacar valores culturales.
5. Identifican las capacidades físicas y habilidades y destrezas básicas necesarias en las actividades de acondicionamiento físico realizadas.
6. Identifican los efectos inmediatos del ejercicio físico en el organismo y los beneficios de su práctica habitual y sistemática.
7. Practican calentamientos de tipo general previo a la actividad física a realizar.
8. Previa valoración, inician su acondicionamiento físico básico y mejora de sus habilidades y destrezas básicas de manera habitual y sistemática, progresando adecuadamente.
9. Conocen y practican modalidades deportivas colectivas aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego tanto modificadas como adaptadas.
10. Conocen y practican juegos y deportes tradicionales de su comunidad.
11. Participan en el desarrollo de actividades físicas en el medio natural, adquiriendo un conocimiento del mismo y descubriendo las posibilidades que ofrece para la ocupación del tiempo libre y la práctica de conductas socialmente aceptables.

12.7.8 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL OCTAVO GRADO

Al finalizar el octavo grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Mejoran las capacidades coordinativas procurando eficacia en el dominio, el ajuste y control corporal.
2. Integran las capacidades coordinativas en habilidades gimnásticas, artísticas y deportivas.
3. Utilizan eficientemente el movimiento en forma espontánea y creativa e inician su aplicación en actividades físicas rítmicas deportivas y de comunicación.
4. Interactúan socialmente y realzan valores culturales y artísticos en la práctica y presentación de danzas folklóricas colectivas.
5. Identifican y toman conciencia de los efectos inmediatos del ejercicio sobre el organismo en crecimiento y desarrollo, y los beneficios de su práctica habitual y sistemática.

6. Identifican las capacidades físicas, las destrezas y habilidades básicas en las actividades realizadas, aplicando pruebas elementales para su valoración y los procedimientos para su desarrollo y mejoramiento.
7. Progresan adecuadamente hacia el desarrollo específico de sus cualidades físicas.
8. Diseñan y practican calentamientos de tipo general previo a la actividad física a realizar.
9. Conocen y practican modalidades deportivas colectivas aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, tanto adaptadas como reales.
10. Practican juegos y deportes tradicionales de su comunidad local y nacional interesándose en sus orígenes y promoción cultural.
11. Participan en el desarrollo de actividades físicas en el medio natural, controlando las dificultades y los riesgos que dichas actividades presentan a través del mejoramiento de sus técnicas específicas.
12. Participan concientemente en actividades extraclase que propone el centro educativo para la recreación y el mejoramiento de los niveles de rendimiento motriz.

12.7.9 EXPECTATIVAS DE LOGRO DEL NOVENO GRADO

Al finalizar el noveno grado de la Educación Básica los alumnos y las alumnas:

1. Integran eficientemente las capacidades coordinativas hacia habilidades gimnásticas artísticas deportivas en forma perceptiva y comprensiva.
2. Diseñan y practican actividades físicas rítmicas con una base musical como medio de comunicación y expresión creativa y deportiva.
3. Diseñan y presentan danzas colectivas y folklóricas de relevancia nacional e internacional, rescatando el sentido integral de todos sus elementos.
4. Conocen y valoran los efectos beneficiosos que la práctica regular de la actividad física tiene para la salud corporal y psíquica, así como también sus riesgos, contraindicaciones, precauciones y medidas higiénicas y de seguridad.
5. Comprenden los efectos duraderos del entrenamiento constante de las distintas capacidades físicas, habilidades y destrezas básicas, para el desarrollo y función de los distintos sistemas orgánicos.
6. Asumen la responsabilidad en el desarrollo y mantenimiento de la condición física como medio para mejorar la salud, y en consecuencia, la calidad de vida.
7. Adquieren nociones sobre acondicionamiento físico para la salud y aplican pruebas básicas de evaluación de las capacidades físicas y habilidades motrices.
8. Realizan, de forma autónoma, calentamientos generales y específicos basándose en el análisis de las actividades a realizar.
9. Mejoran su condición física especial mediante un tratamiento discriminado de cada capacidad de acuerdo a necesidades e intereses propios.
10. Practican modalidades deportivas colectivas y de adversario, aplicando los fundamentos reglamentarios, técnicos, tácticos y físicos en situaciones de juego tanto adaptadas como competitivas.

11. Colaboran en la organización y desarrollo de torneos deportivos intraclase e intramuros y en la promoción de hábitos de salud y postura, de higiene personal y de seguridad.
12. Reflexionan críticamente sobre el fenómeno sociocultural del deporte.
13. Utilizan conscientemente los recursos que proporciona el medio natural para la realización de actividades físicas apropiadas.
14. Perfeccionan progresivamente las técnicas específicas de las actividades físicas en el medio natural, buscando una adaptación aceptable a tareas no habituales del entorno.
15. Desarrollan actitudes de autoexigencia y superación personal, participando en las actividades extraclase que programa el centro educativo de acuerdo a la demanda de nuevas actividades físicas educativas.



7

SÉPTIMO GRADO

Bloque 1.

IMAGEN, PERCEPCIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Mejoran las capacidades coordinativas ejecutando con destreza, habilidad y seguridad actividades cotidianas de postura actitud corporal y gimnásticas básicas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La coordinación, el equilibrio y la agilidad. Su importancia en la actividad física. ● Valoración de la importancia de las capacidades coordinativas en relación con la vida cotidiana y con la práctica de habilidades y destrezas específicas. ● Comprensión de la propia habilidad motriz y aceptación de mecanismos correctivos de la postura corporal. ■ Las capacidades coordinativas de agilidad y las actividades gimnásticas artísticas deportivas. 	<p>Experimentan equilibrios en juegos y ejercicios estáticos con y sin aparatos fijos.</p> <p>Experimentan equilibrios dinámicos sobre aparatos fijos y sobre objetos móviles.</p> <p>Realizan equilibrios durante diversos desplazamientos, esquivando obstáculos en cambio de dirección y paradas.</p> <p>Realizan ejercicios y juegos de salto con recepción de balones, con lanzamientos contra objetos o puntos fijos y sobre la marcha.</p> <p>Realizan ejercicios individuales y juegos de carrera, saltos y giros realizados en diferentes aparatos: bancos, colchonetas, etc.</p> <p>Recorren obstáculos compuestos por varios ejercicios de coordinación dinámica general sin paradas.</p> <p>Realizan ejercicios y juegos de coordinación óculo-manual, percibiendo diferentes pesos, trayectorias, distancias y velocidades.</p> <p>Registran y analizan acontecimientos a partir de la observación de su comportamiento en situaciones reales en la práctica de ejercicios y juegos relacionados con las capacidades coordinativas.</p> <p>Experimentan actividades individuales y juegos de ajuste del control del cuerpo en su paso por las direcciones horizontal y vertical en el suelo (rollos, media luna, ruedas, puente) siguiendo las progresiones respectivas.</p> <p>Observan actividades individuales para analizar la ejecución del movimiento gimnástico y sus medidas de seguridad.</p>
<p>Utilizan el movimiento de forma espontánea y creativa para dar respuestas satisfactorias a situaciones nuevas de actividad física y de comunicación, favoreciendo la desinhibición personal y grupal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La riqueza expresiva del cuerpo. Comunicación gestual y postural. ■ El ritmo y las actividades gimnásticas. ● Disposición favorable a la desinhibición personal y grupal y a la adquisición de hábitos saludables. ● Valoración del cuerpo como instrumento expresivo. 	<p>Observan y experimentan las relaciones entre gestos, posturas y actitudes.</p> <p>Experimentan movimientos cíclicos (marcha, carrera, etc.) en diferentes velocidades.</p> <p>Crean movimientos a partir de estímulos rítmicos.</p> <p>Proponen y participan en juegos gestuales de su propia creatividad.</p>

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Practican danzas colectivas folklóricas propias de la comunidad, interactuando socialmente y destacando valores culturales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La danza folklórica como medio de comunicación y relación entre los pueblos. ● Valoración de las danzas folklóricas y comunitarias como parte del patrimonio cultural y artístico de la nación. ● Cooperación en el trabajo de grupo. 	<p>Identifican información sobre el origen y práctica de las danzas folklóricas en su localidad, de sus pasos fundamentales y coreografía.</p> <p>Experimentan pasos sencillos, con igual estructura, de danzas folklóricas colectivas, con y sin base musical, individualmente y por parejas.</p> <p>Diseñan enlaces simples de diferentes pasos hasta conformar una danza folklórica sencilla en pequeños y grandes grupos.</p> <p>Presentan, en clase, los diferentes diseños de cada grupo para ser vivenciados por los demás.</p>



7

SÉPTIMO GRADO

Bloque 2.

CONDICION FÍSICA PARA LA SALUD,
HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
Identifican los efectos inmediatos del ejercicio físico en el organismo y sus beneficios saludables.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fundamentos biológicos del ejercicio físico. ● Reconocimiento y valoración de la relación entre el ejercicio y la mejora de las condiciones de salud. 	<p>Analizan y discuten, por grupos, documentos relacionados con el ejercicio físico.</p> <p>Observan y analizan videos y documentales relacionados con el ejercicio y la salud.</p> <p>Presentan experiencias personales sobre el ejercicio físico y su salud.</p> <p>Identifican actividades del entorno relacionadas con la promoción del ejercicio físico y la salud.</p>
Identificar las capacidades físicas y habilidades y destrezas básicas en diferentes situaciones motrices.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Concepto de condición física. ■ Las capacidades físicas y habilidades y destrezas básicas. Manifestaciones en la vida cotidiana. ● Toma de conciencia de la importancia de la condición física en actividades cotidianas recreativas y deportivas. 	<p>Observan y analizan videos y documentos relacionados con las capacidades físicas y habilidades básicas en la vida cotidiana.</p> <p>Analizan exposiciones básicas teóricas con ejemplificaciones prácticas deportivas de las capacidades físicas y habilidades básicas.</p> <p>Elaboran fichas personales de progreso de la propia condición física.</p>
Identifican y practican calentamientos de tipo general, previo a la actividad física a realizar y del conocimiento básico anatómico de su cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> ■ El calentamiento. Concepto. Fases. Objetivos. Efectos. Ejercicios. ● Compromiso en el empleo del calentamiento general en la prevención de lesiones en cualquier actividad física. 	<p>Experimentan ejercicios gimnásticos básicos aplicados al calentamiento.</p> <p>Realizan calentamientos sencillos por parejas e individualmente con supervisión.</p> <p>Siguen instrucciones para la confección de un calentamiento general en forma grupal e identifican anatómicamente las partes de su cuerpo en ese proceso.</p> <p>Dirigen fases del calentamientos en forma grupal.</p> <p>Confeccionan un catálogo de ejercicios aplicados al calentamiento general.</p>
Realizan tareas de acondicionamiento físico básico, previa valoración individual, con especial dedicación a la resistencia aeróbica, la flexibilidad, la fuerza dinámica y la velocidad de reacción y segmentaria.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Habilidades y destrezas básicas de caminar, correr y saltar identificadas en el acondicionamiento físico. ■ Capacidades físicas básicas de resistencia aeróbica, la fuerza dinámica, la flexibilidad y su acondicionamiento básico. ● Responsabilidad en el cumplimiento de las normas de higiene, de postura y de seguridad en el ejercicio físico. 	<p>Aplican pruebas de valoración de las capacidades físicas, al principio y al final de la etapa de acondicionamiento programada.</p> <p>Practican carreras continuas, entrenamiento total, juegos y circuitos para el acondicionamiento de la resistencia de base en diferentes lugares.</p> <p>Practican ejercicios globales y localizados, individuales y por parejas, para el acondicionamiento de la fuerza-resistencia.</p>

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
	<ul style="list-style-type: none"> ● Comprensión y respeto de los periodos de esfuerzo y descanso para evitar la fatiga (dosificación) 	<p>Practican ejercicios y juegos de saltos y lanzamientos para el acondicionamiento de la fuerza-velocidad.</p> <p>Practican salidas ejercitadas en diversas posiciones y en respuesta a estímulos diversos, juegos de persecución y relevos para acondicionamiento de la velocidad.</p> <p>Practican diferentes tipos de respiración y relajación y ejercicios de flexibilidad en el transcurso de la sesión, atendiendo la dosificación del esfuerzo.</p> <p>Discuten contenidos de otras asignaturas relacionados con el ejercicio físico.</p>



7

SÉPTIMO GRADO

Bloque 3.

JUEGOS E INICIACIÓN DEPORTIVA

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Aplican los fundamentos técnicos y tácticos de los deportes seleccionados en situaciones adaptadas, modificadas y reales del juego.</p> <p>Practican diversas habilidades específicas en el juego, con independencia del nivel de destreza alcanzado, con propósito lúdico deportivo.</p> <p>Con asesoramiento, planifican y desarrollan actividades deportivas de autoexigencia y superación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Diferencia entre juego y deporte. ■ Clasificación elemental de las actividades y juegos deportivos. ■ Características básicas y comunes de las actividades y juegos deportivos, normas, reglas, aspectos técnicos, tácticos y de comunicación. Vocabulario técnico general y específico. ● Participación activa en los diferentes juegos y actividades deportivas. ● Aceptación del nivel técnico-táctico de sí mismo y de los demás. ● Valoración de los efectos sobre la salud y la calidad de vida, de la práctica habitual de actividades físicas deportivas. ■ Reseña histórica de los deportes en general y del deporte seleccionado. ● Respeto y aceptación de normas y reglamentos en la realización de juegos y deportes. ● Responsabilidad en el cumplimiento de roles y funciones en el equipo de juego. 	<p>Observan como introducción en recursos audiovisuales y experiencias prácticas, actividades relacionadas con el juego y el deporte, su clasificación y sus características básicas.</p> <p>Realizan juegos reglados y adaptados para mejorar los fundamentos técnico-tácticos aplicables al deporte seleccionado.</p> <p>Realizan ejercicios encaminados a mejorar la fundamentación deportiva de acuerdo a las necesidades individuales.</p> <p>Participan en competiciones y campeonatos lúdico-deportivos intraclases e intramuros.</p> <p>Proponen y organizan juegos aplicados, participando en la toma de decisiones.</p> <p>Compiten en torneos de habilidades técnicas individuales intraclase e intramuros, de acuerdo a una propuesta estandarizada.</p> <p>Identifican documentos para elaborar álbumes relacionados con la historia del deporte seleccionado.</p>
<p>Participan, con independencia del nivel de destreza alcanzada, en juegos y deportes autóctonos de su comunidad, a propuesta individual o grupal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Conocimiento de juegos y deportes tradicionales y autóctonos propios de la comunidad. ● Apreciación del valor que tienen los juegos y deportes autóctonos y tradiciones como patrimonio cultural. ● Colaboración y responsabilidad en la preparación, mantenimiento y manejo de materiales y de instalaciones deportivas. 	<p>Identifican y recuperan juegos y deportes autóctonos de su comunidad, a propuesta individual o grupal.</p> <p>Intercambian información entre los diferentes grupos acerca del origen y desarrollo de los juegos autóctonos recuperados.</p>

Bloque 4.

IMAGEN, ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL Y EXTRACLASE

7

SÉPTIMO GRADO

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Adquieren conocimientos básicos sobre el medio ambiente (urbano y natural) y las posibilidades de realizar actividades físicas.</p> <p>Ensayan técnicas básicas de la carrera de orientación.</p> <p>Practican técnicas básicas manipulativas utilizadas en las actividades en el medio natural.</p> <p>Participan en la planificación y desarrollo de actividades en el medio natural, con el asesoramiento adecuado.</p> <p>Respetan el medio ambiente y promocionan su mejoramiento y conservación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Características y posibilidades del medio natural y factores a tomar en cuenta para realizar actividades en él. (clima, relieve, etc) ■ Normas de seguridad, recursos materiales y equipo para realizar actividades en el medio natural (calzado, ropa, protecciones, mochila). ■ Nociones básicas sobre la carrera de orientación. (estudio del mapa, manejo de brújula, planos topográficos, formas de orientarse). ● Respeto al medio ambiente y valoración de sus recursos para la actividad físico deportivas. ● Aceptación y respeto de las normas para la conservación del medio urbano y natural. ● Toma de conciencia de los usos y abusos de que puede ser objeto el medio natural. ● Respeto ante ideas propuestas y soluciones de grupo para la conservación del medio natural. ● Participación decisiva en diferentes opciones de actividades físicas en el medio natural y extraclase que ofrece el centro educativo. ● Adaptación y toma de conciencia de la responsabilidad que conlleva la organización de actividades para grupos. 	<p>Experimentan técnicas básicas para situarse en el medio tanto urbano como natural y desplazarse en ellos, como lectura de mapas del entorno urbano y natural, utilización de la brújula, etc.</p> <p>Elaboran, con asesoría, un estudio ambiental y geográfico del medio natural local para la realización de actividades físicas.</p> <p>Elaboran planos geográficos relacionados con las actividades físicas a realizar.</p> <p>Realizan recorridos en el entorno urbano y natural con propósito de práctica inicial y reconocimiento del medio.</p> <p>Realizan juegos aplicados a la orientación y rastreo de señales.</p> <p>Preparan y realizan una ruta que permita desplazarse para conocer una zona próxima. (senderismo)</p> <p>Experimentan las técnicas básicas manipulativas que permiten desenvolverse en el medio natural con autonomía. Ejemplos: cabuyería, encender fuegos, etc.</p> <p>Conocen y practican normas de higiene, cuidados especiales y normas especiales de seguridad las actividades físicas en el medio natural.</p>



8

OCTAVO GRADO

Bloque 1.

IMAGEN, PERCEPCIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Mejoran las capacidades coordinativas procurando eficacia en el dominio, el ajuste y el control corporal en su integración en actividades gimnásticas artísticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La coordinación, el equilibrio y la agilidad. Su importancia en la actividad física deportiva. ● Valoración de la importancia de las capacidades coordinativas en relación con la progresión hacia las habilidades deportivas específicas. ● Comprensión de la propia habilidad motriz y aceptación de mecanismos correctivos en la postura y la actitud corporal. ● Comprensión de la importancia que tiene la correcta ejecución de los ejercicios para la salud. ■ Las capacidades coordinativas de agilidad y las actividades gimnásticas artísticas deportivas. 	<p>Realizan ejercicios y juegos de equilibrio esquivando obstáculos en cambios de dirección y paradas.</p> <p>Realizan ejercicios individuales y juegos de carrera, saltos y giros con y sin aparatos.</p> <p>Recorren obstáculos compuestos por varios ejercicios de coordinación dinámica general, según propuesta individual o grupal.</p> <p>Realizan ejercicios y juegos de combinación de situaciones de coordinación óculo-manual que impliquen velocidad de percepción y de reacción.</p> <p>Realizan dominio de móviles, combinando todas las partes del cuerpo.</p> <p>Realizan circuitos compuestos por distintos elementos de equilibrio, agilidad y coordinación dinámica y óculo manual.</p> <p>Ejecutan progresivamente actividades y juegos de ajuste eficaz del control del cuerpo, en su paso por las direcciones horizontal y vertical en acrobacia.</p> <p>Diseñan y presentan enlaces sencillos para conformar una rutina con movimientos básicos.</p> <p>Observan y analizan las rutinas sencillas presentadas por cada grupo.</p>
<p>Utilizan eficientemente el movimiento en forma espontánea y creadora para iniciar su aplicación en actividades físicas rítmicas deportivas y de comunicación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ El ritmo y actividades físicas. (combinación de espacio, tiempo e intensidad) ■ El ritmo y actividades gimnásticas deportivas. ● Disposición favorable a la desinhibición personal y grupal. ● Valoración del cuerpo como instrumento expresivo. 	<p>Ejecutan coordinaciones globales en las actividades de caminar, correr, girar y saltar siguiendo un ritmo musical.</p> <p>Realizan desplazamientos sencillos combinando movimientos de distintos segmentos del cuerpo con y sin móviles y con ritmo musical.</p> <p>Realizan diferentes movimientos combinando espacio, tiempo e intensidad bajo un ritmo musical.</p>
<p>Interactúan socialmente y destacan valores artísticos en la práctica y presentación de danzas folklóricas colectivas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La danza folklórica como medio de identidad nacional y de comunicación y relación entre los pueblos. ● Fortalecimiento de la propia identidad cultural a través de práctica de danzas folklóricas colectivas. 	<p>Recopilan información y documentación sobre el origen y práctica de diferentes danzas folklóricas del país, sus pasos y coreografía.</p> <p>Con asesoramiento practican, una danza folklórica seleccionada para su presentación artística en grupos.</p> <p>Intercambian pasos y coreografía de la danza seleccionada por cada grupo.</p>

8

OCTAVO GRADO

Bloque 2.
CONDICIÓN FÍSICA PARA LA SALUD
HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
Identifican y toman conciencia de los efectos inmediatos del ejercicio sobre el organismo en crecimiento y desarrollo, y de los beneficios saludables de su práctica habitual y sistemática.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Efectos del ejercicio físico en el crecimiento y desarrollo humano. ■ Prevención de riesgos en la práctica del ejercicio físico. Vestuario y calzado. Posiciones corporales correctas. Higiene personal. Normas de Seguridad. ● Valoración de la buena salud y condiciones de vida durante los periodos críticos del desarrollo juvenil. 	<p>Discuten contenidos de otras asignaturas relacionados con el ejercicio físico.</p> <p>Recopilan testimonios médicos teóricos y vivenciales acerca del ejercicio físico.</p> <p>Identifican y afirman hábitos de prevención de riesgos en las sesiones prácticas.</p> <p>Con asesoramiento, elaboran controles personales de talla, peso, composición corporal, etc.</p>
Identifican los factores que inciden en el desarrollo de las capacidades físicas básicas y sus adaptaciones funcionales más importantes en cuanto a la salud.	<ul style="list-style-type: none"> ■ Factores que influyen en el desarrollo de las capacidades físicas básicas: (etapa evolutiva, fases sensibles), sexo, estados emocionales, hábitos, alimentación) ● Identificación de sus propias características anatómico fisiológicas con relación al ejercicio físico. 	<p>Observan videos y analizan documentos relacionados con factores influyentes en el desarrollo de la capacidad física de personajes importantes de la vida deportiva.</p>
Identifican y practican calentamientos de tipo general previo a la actividad física a realizar reforzando el conocimiento anatómico de su cuerpo.	<ul style="list-style-type: none"> ■ El calentamiento de acuerdo a sus objetivos (general, específico) y otros factores que influyen (clima, actividad). 	<p>Experimentan diferentes formas metodológicas de calentamiento (ejercicios, juegos con móviles, en diferentes agrupaciones, con música, etc.).</p> <p>Con asesoramiento, elaboran y aplican un calentamiento general, previo análisis de la actividad a realizar y al componente anatómico corporal solicitado.</p> <p>Elaboran y aplican un calentamiento general personal para presentarlo al grupo.</p>
Mejoran su condición física de base progresando adecuadamente, previa valoración , con especial dedicación a la resistencia aeróbica, a la flexibilidad y a la fuerza dinámica	<ul style="list-style-type: none"> ■ Las capacidades físicas básicas y su acondicionamiento para mejorarlas y mantenerlas. (resistencia aeróbica, fuerza dinámica, flexibilidad) ● Toma de conciencia para el mantenimiento de una adecuada condición física mediante la práctica de hábitos saludables. ● Comprensión y respeto de los periodos de esfuerzo y descanso para evitar la fatiga. ● Capacidad de seguir direcciones para el trabajo individual y normas generales de conducta frente a un lesionado en la práctica de actividades físicas. 	<p>Aplican individualmente pruebas básicas de valoración de las capacidades físicas.</p> <p>Explican y ensayan el procedimiento de la toma de la frecuencia cardíaca.</p> <p>Practican carreras continuas variables y entrenamiento total, juegos y circuitos en el medio natural para el desarrollo de la resistencia aeróbica.</p> <p>Aplican sistemáticamente los procedimientos dinámico y estático de flexibilidad por parejas, con y sin aparatos sencillos.</p>

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
	<ul style="list-style-type: none"> ■ Previsión y primeros auxilios en las lesiones deportivas. 	<p>Practican ejercicios y juegos de saltos y lanzamientos y aplican la velocidad de reacción.</p> <p>Practican sistemáticamente diferentes tipos de relajación y respiración, de acuerdo al momento de actividad en la sesión.</p> <p>Observan detenidamente la atención de lesionados en la sesión práctica.</p> <p>Elaboran fichas personales de progreso de su propia capacidad física.</p>



Bloque 3.

8

OCTAVO GRADO

JUEGOS E INICIACIÓN DEPORTIVA

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Aplican los fundamentos técnicos, tácticos y factores físicos de los deportes seleccionados como preparación para la competición.</p> <p>Participan en juegos y deportes de carácter recreativo colaborando en su organización, mostrando tolerancia y deportividad.</p> <p>Reflexionan críticamente sobre el fenómeno sociocultural del deporte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fundamentos éticos, sociales y psicológicos de la práctica deportiva. ■ Elementos comunes a los deportes colectivos. (Espacio, móvil, reglas, compañeros, adversarios) ■ Reseña histórica de los deportes seleccionados con enfoque a la nación. ■ Capacidades físicas mas importantes en cada especialidad deportiva a practicar. ● Participación en la organización, desarrollo y control de la actividad lúdico-deportiva competitiva o no-competitiva. ■ El deporte como fenómeno cultural y social. ● Participación en actividades grupales e individuales para superación y autoexigencia personal. ● Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas en el equipo. ● Competición con tolerancia y deportividad e integración social por encima de los resultados y sin actitudes de rivalidad y menosprecio. ● Valoración de los juegos y deportes como vínculo y parte del patrimonio cultural de la comunidad. 	<p>Como introducción, observan recursos audiovisuales y experiencias prácticas relacionadas con los elementos comunes de los deportes colectivos.</p> <p>Realizan actividades individuales para el perfeccionamiento de los fundamentos de los deportes colectivos a practicar.</p> <p>Practican juegos reglados y adaptados para el perfeccionamiento integral de la capacidad de jugar.</p> <p>Practican juegos y deportes con propósitos recreativos y en relación al medio natural, participando en la organización y desarrollo de esas actividades.</p> <p>Observan y analizan juegos realizados en otro nivel deportivo local y nacional.</p> <p>Participan en torneos de habilidades técnicas individuales intraclase e intramuros de acuerdo a una propuesta estandarizada.</p> <p>Elaboran álbumes y murales sobre la historia deportiva y otros elementos del deporte nacional e internacional.</p> <p>Discuten y analizan la influencia del deporte en la sociedad actual mediante exposiciones grupales y de acuerdo al desarrollo de una guía de estudio.</p>

8

OCTAVO GRADO

Bloque 4.

ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL Y EXTRACLASE

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Mejoran las técnicas específicas de la carrera de orientación y seguimiento de señales de rastreo.</p> <p>Implementan técnicas básicas para el montaje de tiendas.</p> <p>Participan en la planificación y desarrollo de actividades físico-deportiva dentro y fuera del ámbito escolar respetando el medio ambiente, favoreciendo su mejoramiento y conservación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Las relaciones del hombre y sus actividades físicas en el medio natural. Aproximación de los conceptos de Recreación y Tiempo Libre. ■ Organización de la carrera de orientación; símbolos y normas técnicas internacionales. ■ Nociones sobre supervivencia y acampada. Equipo, normas de seguridad, precauciones, etc. ● Colaboración en la realización de las actividades propuestas por los diferentes grupos para ser realizadas en el medio natural. ● Autonomía para realizar actividades en el medio natural. ● Aceptación de las normas de seguridad y de protección en la realización de actividades. 	<p>Obtienen información y documentación sobre la conceptualización y elementos de la Recreación y Tiempo Libre.</p> <p>Con asesoramiento, elaboran un estudio del medio geográfico, social y natural del país y sus posibilidades para actividades físicas.</p> <p>Practican técnicas específicas que les permitan situarse en el medio y desplazarse en la dirección deseada, después de charlas y exposiciones de expertos y de experiencias propias.</p> <p>Perfeccionan las técnicas básicas para el montaje de tiendas.</p> <p>Identifican señales de rastreo de acuerdo a las indicaciones reglamentarias.</p> <p>Practican normas de higiene, cuidados especiales y normas específicas de seguridad.</p> <p>Planifican y organizan eventos deportivos y festivales de juegos.</p>



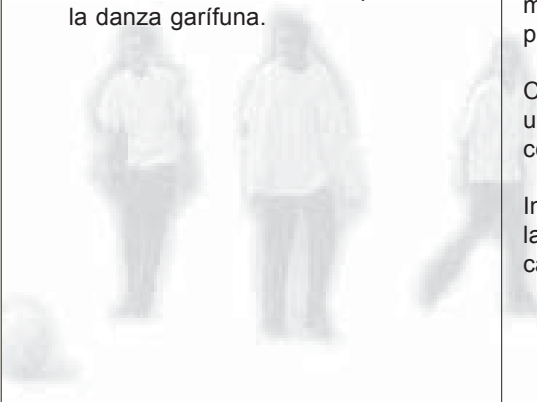
Bloque 1.

9

NOVENO GRADO

IMAGEN, PERCEPCIÓN Y EXPRESIÓN CORPORAL

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Integran eficientemente las capacidades coordinativas en habilidades gimnásticas artísticas deportivas en forma perceptiva y comprensiva del movimiento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La gimnasia artística deportiva y las capacidades coordinativas. Historia, clasificación, reglamentación y movimientos básicos y aparatos . ● Respeto y aceptación de las normas de seguridad en la realización de actividades gimnásticas artísticas deportivas. ● Autoconciencia del perfeccionamiento a través de la práctica y disciplina en la ejecución de movimientos. 	<p>Ejecutan individualmente movimientos gimnásticos en el suelo.</p> <p>Enlazan movimientos gimnásticos de suelo con el propósito de elaborar rutinas sencillas.</p> <p>Experimentan según el nivel de destreza, rutinas de movimientos gimnásticos que incluyan acrobacias básicas.</p> <p>Observan y analizan videos de torneos de gimnasia artística deportiva.</p> <p>Recopilan información y documentación sobre la historia y reglamentación básica de la gimnasia artística deportiva.</p>
<p>Diseñan y practican actividades físicas rítmicas con una base musical como medio de comunicación y expresión creativa y deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La gimnasia rítmica deportiva. Historia. Clasificación. Movimientos básicos y aparatos. Reglamentación básica. ■ Directrices a seguir para la elaboración de diseños coreográficos. ● Participación con independencia del nivel de destreza motriz alcanzado. 	<p>Observan y analizan videos de torneos de gimnasia rítmica deportiva.</p> <p>Experimentan movimientos propios de la gimnasia rítmica deportiva con diversos aparatos con y sin base musical.</p> <p>Elaboran y ensayan una composición coreográfica adaptada.</p> <p>Recopilan información y documentación sobre la historia y la reglamentación básica de la gimnasia rítmica deportiva.</p>
<p>Diseñan y presentan danzas colectivas folklóricas de relevancia nacional e internacional rescatando el sentido integral de todos sus elementos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ La danza garífuna. Orígenes. Elementos. ● Reconocimiento del valor cultural de la danza garífuna y su trascendencia cultural internacional. ● Reconocimiento de la propia identidad intercultural a través de la práctica de la danza garífuna. 	<p>Recopilan información y documentación sobre el origen y práctica de las danzas garífunas del país, sus pasos fundamentales y coreografía.</p> <p>Identifican grupos garífunas y sus expresiones rítmicas musicales.</p> <p>Asisten a exposiciones y experiencias prácticas musicales de personajes relevantes del pueblo garífuna.</p> <p>Con asesoramiento, practican y presentan, una danza garífuna o una manifestación coreográfica musical adaptada.</p> <p>Intercambian información sobre los orígenes y la coreografía de la danza seleccionada por cada grupo.</p>



9

NOVENO GRADO

Bloque 2.

CONDICIÓN FÍSICA PARA LA SALUD,
HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Conocen y valoran los beneficios de la actividad física para la salud física y psíquica identificando sus riesgos, contraindicaciones, medidas higiénicas, preventivas y de seguridad.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Efectos del acondicionamiento de las capacidades físicas sobre el estado de salud. (efectos beneficiosos, riesgos y su prevención, normas básicas de alimentación y reposición de líquidos en el acondicionamiento físico) ● Comprensión de los efectos duraderos del acondicionamiento físico y actitud de rechazo de hábitos y prácticas que perjudican la salud y el buen estado físico. 	<p>Presentan informes de referencias bibliográficas y de charlas relacionadas con el ejercicio físico.</p> <p>Presentan experiencias personales relacionadas con hábitos y prácticas de sedentarismo, tabaquismo, alcoholismo y otros.</p> <p>En grupos, elaboran murales y boletines relacionados con temas actuales sobre ejercicios y salud.</p> <p>Elaboran un programa de alimentación y gasto de calorías personificado.</p>
<p>Realizan permanentemente y de forma autónoma calentamientos generales y específicos basándose en el análisis de la actividad a realizar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ El calentamiento específico. Características. Factores. Pautas para su elaboración. ● Compromiso del empleo del calentamiento en la prevención de lesiones en cualquier actividad física. 	<p>Atienden orientaciones prácticas para la confección de un calentamiento específico.</p> <p>Experimentan calentamientos específicos diseñados individualmente y en forma grupal de acuerdo al análisis de actividades propuestas al inicio de la clase.</p> <p>Utilizan calentamientos para la aplicación de fundamentos técnicos, tácticos y físicos.</p>
<p>Previa valoración individual, mejoran su nivel de condición física, mediante un tratamiento discriminado de cada capacidad de acuerdo a sus necesidades e intereses.</p> <p>Adquieren nociones teórico-prácticas sobre procedimientos básicos de acondicionamiento físico para la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Procedimiento de entrenamiento para la resistencia aeróbica. ■ Procedimiento de entrenamiento para el desarrollo de la fuerza dinámica y técnicas básicas para ejercicios de musculación. ■ Principios generales del entrenamiento. ■ Factores a considerar en la planificación de entrenamientos sencillos. ■ El atletismo como aplicación deportiva de las capacidades físicas naturales. Historia. Clasificación. Reglamentación Básica. ● Valoración de los procedimientos de entrenamiento como recursos individuales de acondicionamiento físico. ● Reconocimiento del atletismo como integración de habilidades básicas y rendimiento físico. ● Comprensión y respeto de los periodos de esfuerzo y descanso para evitar la fatiga. ● Cooperación en la prevención y tratamiento básico de urgencia en lesiones. 	<p>Aplican pruebas de valoración de las capacidades físicas para una planificación personal de acondicionamiento físico.</p> <p>Elaboran fichas personales de progreso incluyendo la frecuencia cardiaca.</p> <p>Demuestran procedimientos específicos de desarrollo de las capacidades físicas básicas e identifican los principios de su entrenamiento.</p> <p>Experimentan las técnicas básicas de ejercicios básicos de musculación e identifican los principios de su entrenamiento.</p> <p>Elaboran murales de información y documentación sobre el atletismo como deporte competitivo.</p> <p>Experimentan diversos eventos atléticos como competencias intraclases e intramuros.</p> <p>Practican diferentes tipos de respiración y relajación y ejercicios de flexibilidad en el transcurso de las sesiones.</p> <p>Elaboran un manual propio de los primeros auxilios y prevención de las lesiones deportivas.</p> <p>Con asesoramiento, practican los primeros auxilios en lesiones deportivas .</p>

Bloque 3.

9

NOVENO GRADO

JUEGOS E INICIACIÓN DEPORTIVA

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Aplican los fundamentos técnicos, tácticos y los factores físicos del deporte practicado en la búsqueda de resultados deportivos o de acuerdo a la orientación deportiva identificada.</p> <p>Adquieren autonomía de acuerdo a su conocimiento y experiencia en la planificación, organización y dirección de torneos deportivos.</p> <p>Reflexionan críticamente frente al fenómeno sociocultural, político y económico del deporte a nivel nacional e internacional.</p> <p>Analizan las posibilidades de la práctica deportiva en el medio natural y como actividad extraclase y extraescolar, con el propósito de superación personal deportiva.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Aspectos técnicos, tácticos, reglamentación e historia de los juegos y deportes a practicar. ■ Capacidades físicas más importantes en cada especialidad deportiva. ■ Los juegos olímpicos, los campeonatos europeos y mundiales. Su repercusión a nivel cultural, político y económico. ● Autonomía y responsabilidad de organización, desarrollo y control de actividades lúdico-deportivas competitivas y no competitivas. ● Cooperación en las actividades dentro de un equipo. ● Valoración de la función de la integración social en la practica deportiva, la tolerancia y la deportividad. ● Actitud crítica ante el fenómeno sociocultural del deporte como espectador y participante. 	<p>Elaboran álbumes y murales relativos a la historia nacional e internacional del deporte seleccionado.</p> <p>Realizan ejercicios y juegos para perfeccionar e identificar los fundamentos técnicos, tácticos y factores físicos especiales del deporte practicado.</p> <p>Seleccionan y practican deportes y juegos recreativos.</p> <p>Planifican, organizan y dirigen torneos lúdico-deportivos intraclases, intramuros e intraescolares.</p> <p>Analizan los elementos estructurales del deporte seleccionado en competencias deportivas importantes.</p> <p>Identifican y experimentan su orientación deportiva según intereses y necesidades en base a: juegos autóctonos, lúdico-recreativos y especialización deportiva.</p> <p>Intercambian información actualizada sobre la influencia del deporte espectáculo.</p>



9

NOVENO GRADO

Bloque 4.

ACTIVIDADES FÍSICAS EN EL MEDIO NATURAL Y EXTRACLASE

EXPECTATIVAS DE LOGRO	CONTENIDOS CONCEPTUALES (■) Y ACTITUDINALES (●)	PROCESOS Y ACTIVIDADES SUGERIDAS
<p>Aplican eficientemente las técnicas específicas de la carrera de orientación.</p> <p>Experimentan nuevas técnicas de actividades en el medio natural de acuerdo a intereses y posibilidades.</p> <p>Planifican en función de grupos e intereses actividades para conocer nuevas formas en entornos diferentes a las habituales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Los elementos de la Recreación. ■ Técnicas básicas generales a considerar en la organización de actividades como el ciclo-culturismo, la orientación, la marcha y etc. en el medio natural. ■ Recursos e instalaciones en campamentos. ■ Supervivencia y acampada. ● Interés por conocer nuevas formas de ocupar el tiempo libre. ● Interés y disponibilidad por conocer otros entornos naturales distintos a las habilidades. ● Cooperación y participación en la organización de actividades en la naturaleza. 	<p>Experimentan técnicas básicas sobre nuevas actividades que nos permiten desenvolvemos en el medio. Ejemplo: cicloculturismo.</p> <p>Perfeccionan las técnicas de la carrera de orientación y participan en su planificación.</p> <p>Identifican y proponen los recursos e instalaciones básicas necesarias en la instalación de un campamento e identifican los elementos recreativos.</p> <p>Colaboran en actividades que requieren técnicas específicas de acampada, nudos y alimentación básica.</p> <p>Forman grupos de práctica en función de la conservación del medio ambiente en las actividades deportivas y recreativas.</p> <p>Estudian y promocionan posibilidades que ofrecen clubes, asociaciones juveniles y etc. para la ocupación del tiempo libre en la naturaleza y en otras opciones.</p>



12.9 ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PROPIAS DEL ÁREA

Las orientaciones metodológicas orientan el proceso de enseñanza – aprendizaje y viceversa. Por ende, también podemos hablar de las orientaciones didácticas, las cuales se refieren a todo el conjunto de directrices y enfoques metodológicos que se recogen en el primer nivel de concreción del Diseño Curricular Básico y que orientan al maestro y maestra en su tarea educativa y, de forma especial, en la selección y presentación de las actividades que realizarán los alumnos y alumnas en su proceso de aprendizaje.

Estas orientaciones se plantean tomando en cuenta todas las actividades del proceso educativo en base a diferentes variables que en cada momento y situación coinciden con el tipo de contenido, tipo de actividad o tarea, características de los alumnos y alumnas, recursos disponibles y otros aspectos afines a la misma. Evidentemente existe una notoria diferencia entre los alumnos (as) de cada ciclo y ello requiere hacer planteamientos didácticos diferenciados; las orientaciones son específicas para cada ciclo y éstas tienen una continuidad y congruencia entre ellas a lo largo de los mismos.

El área de Educación Física se fundamenta prioritariamente sobre contenidos de tipo procedimental, lo que implica un conocimiento vivencial por parte de los alumnos y alumnas de todos aquellos contenidos centrados en el cuerpo y su capacidad de movimiento. No obstante, los contenidos conceptuales son guías del conocimiento teórico y necesarios para la comprensión de los mismos contenidos procedimentales y actitudinales. Éstos últimos constituyen la parte fundamental para la consolidación de actitudes, normas y valores que consolidan la identidad propia del alumnado en general.

El movimiento y la necesidad evidente del mismo, son una característica que marcará las directrices metodológicas para el diseño y desarrollo de las actividades y procesos sugeridos para la enseñanza- aprendizaje en los diferentes ciclos. Será el maestro el responsable de la utilización de ese potencial motor y de encauzarlo correctamente hacia una finalidad educativa. La utilización por parte del y de la maestra del movimiento espontáneo y cotidiano de los alumnos (as), así como de las formas más sencillas y naturales del juego, deben ser otros elementos sobre los que se ha de basar la intervención didáctica. Por otra parte, esa necesidad de movimiento que los alumnos y alumnas en esta etapa, tienen, será motivo para que los procesos y actividades sugeridas desde el área se conviertan por sí solas en un elemento de motivación intrínseca que propiciará un aprendizaje significativo y relevante.

La globalización entendida como una estructura psicológica del aprendizaje es otro de los pilares sobre los que se fundamentará la acción didáctica del proceso educativo del área de Educación Física. Los criterios que sustentan este principio o enfoque surgen del planteamiento constructivista de las propias bases psicopedagógicas del currículum. En este sentido, y desde el punto de vista psicológico, la globalización concreta la idea del aprendizaje no realizado por simple suma o acumulación de nuevos elementos a las estructuras motrices y cognitivas del alumno y alumna, sino que es necesario que los nuevos aprendizajes se relacionen de forma significativa con aquello que el alumno (a) ya conoce. La determinación previa del punto de partida y el establecimiento del punto de llegada, es decir, la expectativas de logro, fundamentará las bases para la organización de todo el proceso de forma globalizada.

La idea de globalización coherente con las bases psicológicas ha de tener en cuenta la importancia que tiene la elaboración de la secuencia de aprendizaje. Ésta ha de favorecer el establecimiento de relaciones entre las nuevas actividades motrices de aprendizaje y la mayor cantidad de esquemas motores que posea el alumno y alumna; es decir, sus conocimientos previos. Esta manera de entender la globalización ha de priorizar la organización de los contenidos del área y habrá de tener en cuenta toda una serie de conocimientos y pautas de actuación por parte del profesorado de Educación Física.

Para un planteamiento globalizador del área en los diferentes ciclos será necesario también contemplar, entre otros posibles, los siguientes puntos:

- El y la maestra deberá conocer el movimiento, las expectativas generales del movimiento y todas sus partes, así como sus funciones, estructura, desarrollo, tipos y condiciones para la consecución de los mismos.

- El y la maestra deberá igualmente conocer las características motrices del alumno y alumna, su estado de desarrollo y maduración, nivel evolutivo, intereses y motivaciones, etc.
- Tomar decisiones sobre la globalización a partir de los Proyectos Curriculares de cada centro.
- La realización de programaciones se llevará a cabo de forma conjunta con el equipo de profesores del Centro Educativo (en el caso de existir más de un profesor de educación física en el centro educativo), del nivel o ciclo con el fin de determinar los ejes de globalización alrededor de los cuales se organizarán las expectativas, contenidos , procesos y actividades sugeridas en los programas curriculares. De igual forma, se tomarán los ejes transversales propuestos en el Diseño Curricular Nacional para la Educación Básica.
- Partir siempre de la realidad y de los conocimientos y experiencias del grupo-aula y de cada alumno y alumna. Este debe ser el marco referencial que permita establecer la globalización de nuevos aprendizajes.

Además de lo planteado anteriormente, será necesario seguir unas pautas metodológicas, es decir, métodos aconsejables para ser utilizados en función del cómo, cuándo, para qué, para quién y en qué situación y circunstancias deben ser utilizados. Por otro lado, se debe tener presente que cualquier tarea motriz puede ser abordada con uno o varios métodos y que dependerá del maestro la elección del más adecuado en base a su situación particular. Al momento de tomar las decisiones sobre la metodología más idónea a su situación será preciso que contemple y respete, de forma interrelacionada, los principios de la globalidad con los modelos o métodos de aprendizaje propios a la Educación Física.

El método de enseñanza y aprendizaje por recepción, que puede ser concretizado en los llamados métodos de “comando directo”, “comando pedagógico” o “instrucción directa” y también el método de “asignación de tareas” - tan utilizados en el área de Educación Física- no deben suponer la simple construcción de automatismos a partir de la repetición dinámica y estereotipada de patrones motores. Se aconseja basar esta metodología en contextos atractivos y motivantes, como pueden ser juegos o formas jugadas, y al mismo tiempo, acompañarlos de la verbalización explicativa y significativa del y de la maestra, que ayude a los alumnos y alumnas a relacionar el nuevo aprendizaje con los anteriores.

El modelo de enseñanza y aprendizaje por exploración del movimiento, del descubrimiento o por búsqueda dirigida y la resolución de problemas adquieren mayor significatividad cuando los alumnos y alumnas exploran, descubren y crean en sus posibilidades el movimiento que van seleccionando y adquiriendo por sí mismos, ayudados por el o la maestra en esquemas motrices más eficaces; que resuelvan los problemas creados en situaciones reales, jugadas o simuladas, aplicando los movimientos o soluciones más adecuadas a cada situación, previa valoración de sus posibilidades.

Dentro de las orientaciones metodológicas para la enseñanza y aprendizaje es necesario contemplar todas aquellas acciones encaminadas a la atención a la diversidad en el aula; por una parte, a aquellos alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales, quienes por sus características requieren de atención especial o diferenciada o de una adaptación curricular de los contenidos y de las actividades de enseñanza y aprendizaje. De la misma manera se deben aplicar orientaciones didácticas que permitan la igualdad de oportunidades en el proceso, para los alumnos y alumnas de diferentes contextos de interculturalidad bilingüe.

En relación a los procesos y actividades sugeridas, éstos son instrumentos a través de los cuales se aprende; por lo tanto, existe una correlación entre las expectativas de logro y los contenidos conceptuales, actitudinales y procedimentales a través de las actividades y procesos sugeridos. Una determinada actividad de aprendizaje puede estar relacionada con una o más expectativa de logro y, recíprocamente, cada expectativa de logro puede verse reflejada en una o diversas actividades o procesos de aprendizaje sugeridos.

Las actividades y procesos sugeridos deben partir de los conocimientos previos del alumnado, ajustarse a sus posibilidades y limitaciones para que puedan progresar, provocar nuevas experiencias, contrastar informaciones, lograr cambios de comportamientos y dominios corporales que puedan ser procesados individualmente y, así, incorporar estos nuevos aprendizajes a saberes previos y lograr los aprendizajes significativos. De igual forma, estos procesos y actividades sugeridas deben seguir una planificación la cual deberá ser:

- **Sistemática:** para que las secuencias de las actividades y procesos sugeridos para el aprendizaje, dentro de un bloque de contenido y éste dentro de la programación de cada ciclo educativo, realmente marquen una tendencia direccional que conduzca a la consecución de las expectativas de logro pretendidas en este Diseño Curricular Nacional para la Educación Básica.
- **Gradual y Progresiva:** de acuerdo con el orden de significación lógica propia del área del Educación Física y con el orden de significación psicológica, desarrollo físico, dominio corporal, es decir, maduración física y mental propio de los alumnos y alumnas en cada ciclo educativo.

Dentro de las sesiones de trabajo, es decir, la planificación por hora/ clase, son varios los aspectos a tomar en cuenta:

1. **Preparación para el inicio:** aquí se observan actitudes, valores y normas de los alumnos y alumnas que se enmarcan en los hábitos propios de nuestra área, desde estar listos con su vestuario (uniforme de educación física), colaboración para la distribución previa del material si se va utilizar, la convivencia entre el grupo y el maestro (a) y otros aspectos afines a la motivación y disposición para la clase. En muchos casos esta parte se ha ignorado por el profesorado y se ha situado al margen del proceso de enseñanza- aprendizaje, es decir, se ha infravalorado y hasta ha sido vista como “ pérdida de tiempo”.
2. **Puesta en marcha:** Es la forma de iniciar la sesión una vez que ha transcurrido la parte anterior. Contempla los elementos intrínsecos a la propia puesta en marcha (disposición del grupo), los elementos sociales de interacción grupal (forma de organizar el grupo, para cada sesión y según la metodología a utilizar), y los elementos psicopedagógicos en relación a la actitud de disposición hacia la tarea y a la motivación para llevarla a cabo. En esta parte se retoman los elementos relativos a la tarea que se quiere llevar a cabo para el logro de las expectativas, lo cual constituye **la parte principal**. Es la parte central de la sesión, la cual necesita un mayor porcentaje del tiempo.
3. **Reforzamiento:** es una parte de corta duración, que después de haber realizado las tareas correspondientes a las actividades de enseñanza –aprendizaje de la parte principal, intenta resumir, unir y sintetizar los esfuerzos y las conclusiones que de ella se derivan por parte de los y las alumnas y el o la maestra. De aquí depende, por parte del docente, reducir o no el volumen de la actividad, disminuir o aumentar la intensidad del trabajo realizado, centrar la tarea desarrollada en una actividad de síntesis, retorno actitudinal o la participación activa. Para abordar la última parte de la sesión y la reflexión, se da el comentario y puntualización por parte del o de la docente, con participación de los alumnos y alumnas, en relación a la actividades llevadas a cabo, a la dinámica del grupo, a los aprendizajes adquiridos o cualquier otro aspecto que de una u otra manera sea relevante al trabajo realizado (auto-evaluación, co-evaluación, hetero-evaluación). Se recogen los tradicionales conceptos de final de la actividad, relajación y/o vuelta a la calma.
4. **Preparación para la salida:** simétrica y contraria a la primera en sus realizaciones, pero similar al potencial de las intenciones educativas, en ella se trata de reorganizar y reubicar el material que se utilizó, el cambio de vestuario o lo concerniente al mismo, la higiene personal (aseo y/o limpieza corporal, ingesta de agua, uso de sanitarios, etc.) la evaluación de la actividad, listado de asistencia u otro tipo de control acordado en la clase.

Se han de considerar otras circunstancias que afectan frecuentemente las actividades de aprendizajes propuestas, tales como la metodología a seguir cuando se presentan imprevistos como: la presencia de una o un sustituto, alteración o cambio de orden de contenidos y, en algunos casos, la secuencia de los bloques propuestos (ej: lluvia, excesivo calor y sol, suspensiones laborales, falta de material y/o instalaciones), las tareas ocasionalmente planificadas para alumnos y alumnas que por causa justificada no puedan participar activamente en la sesión (enfermedad, vestimenta no adecuada), las tareas simultáneas asociadas en que se aprovecha la actividad desarrollada para realizar puntualizaciones de aspectos colaterales o factores de incidencia (noticia del ámbito actual, una situación específica del ambiente escolar, familiar, comunal, etc).

Concretando todos estos aspectos propios del enfoque metodológico del área de Educación Física, los y las docentes tienen la responsabilidad de realizar adaptaciones según sea su caso, situación o experiencia vivenciada en el centro educativo donde labora, teniendo siempre en cuenta los abordajes de la Educación Intercultural Bilingüe, la

interdisciplinariedad entre contenidos de otras áreas del conocimiento, sobre todo, abordados desde el Proyecto Educativo de Centro y los proyectos integrados. En estos, a partir de contenidos que pueden ser abordados por las diferentes áreas del conocimiento, se programan actividades planificadas por los profesores y profesoras de las áreas involucradas, con responsabilidades distribuidas en el tiempo y espacio acordado entre los y las mismas, los cuales podrían desarrollarse dentro de una clase en el horario escolar habitual o a través de la atención y desarrollo de los bloques de contenidos de actividades en el entorno natural y extraclase, como un medio para consolidar los aprendizajes significativos tanto del área como de otras áreas del conocimiento.

12.9.1 ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL PRIMER CICLO

En este ciclo se recomienda el abordaje metodológico desde la necesidad permanente que tienen los niños y niñas en estas edades (entre 7 a 9 años) del movimiento. El maestro (a) responsable de cada grado en este ciclo deberá utilizar este potencial motor y encauzarlo correctamente hacia las expectativas de logro del mismo. Para ello, el aprovechamiento espontáneo y cotidiano de los niños(as), así como de las formas más sencillas y naturales de actividades relacionadas con el juego y las actividades recreativas o lúdicas, son elementos sobre el que ha de basarse la intervención metodológica en este ciclo.

Es fundamental que los saberes previos sean manejados hacia la globalización del aprendizaje, conjuntamente con los nuevos aprendizajes adquiridos. Aquí el maestro y la maestra especialista deberán enriquecer los esquemas motores, expresivos y espacio-temporales propios del bloque de la imagen, percepción y expresión corporal, los cuales son de gran importancia y dedicación en estos primeros grados, por su proceso de desarrollo y maduración física y mental.

Se recomienda priorizar en las orientaciones didácticas que van dirigidas al tiempo distribuido por actividades a desarrollar y la expectativa a lograr. Sobre todo, se recomienda priorizar el tiempo que necesita cada niño y niña para alcanzar dicha expectativa, ya que en estas edades, los y las niñas logran interesarse en su propio aprendizaje cuando se les brinda la atención necesaria y cuando constantemente se les atribuyen logros en cada tarea o actividad que realizan. De lo contrario, suele suceder cierta apatía hacia el movimiento, poco interés y disposición para la clase que pueda repercutir en sus actitudes futuras hacia el movimiento y hacia la clase.

Se recomienda llevar una línea metodológica que combine diferentes metodologías cuantitativas y cualitativas en forma concreta. Difícilmente se puede describir una metodología única. Entre algunos métodos y técnicas que se pueden utilizar, tomando en cuenta los aspectos mencionados anteriormente, se pueden nombrar los conocidos como exploración del movimiento, descubrimiento guiado o dirigido, comando pedagógico, (sin caer en una sobre utilización del mismo) y otros métodos y técnicas que dominen el maestro y maestra especialista.

En la planificación diaria de la clase, hay aspectos que siempre se deberán tener presentes:

La distribución equitativa del tiempo de la clase, según los contenidos a desarrollar, la metodología a utilizar, etc. Se recomienda la asignación de tareas individuales en cuanto a la práctica de ejercicios que son fundamentales en el desarrollo y dominio corporal, y que por el tiempo limitado no se pueden fortalecer en las mismas clases. Estas tareas deben ser de fácil ejecución y motivadoras para que el niño y niña sientan el deseo de realizarlas, controlando el avance corporal, así como posibles correcciones de las mismas.

- Las características de los alumnos y alumnas, a partir de un diagnóstico para conocer el nivel de saberes previos del tema a desarrollar y así, planificar de acuerdo a la pertinencia y relevancia de los contenidos y el interés por la enseñanza-aprendizaje de estos alumnos y alumnas del primer ciclo.
- El material disponible, si bien en nuestro medio no es el primer obstáculo para el desarrollo de la clase de Educación Física, en definitiva sí ocupa un lugar de prioridad, ya que de él depende la planificación y metodología a seguir. Por lo tanto, se recomienda buscar acciones (que ya han de conocer la mayoría de los maestros (as), para dicho equipamiento y recomendar la creatividad propia, la utilización de diversos materiales desechables o no del medio ambiente y otros que puedan solventar algunas de las necesidades que este implica en el proceso educativo. En el primer ciclo, es necesario el desarrollo de la clase con estímulos extrínsecos e intrínsecos para la estimulación del aprendizaje.

12.9.2 ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL SEGUNDO CICLO

Para el segundo ciclo, se tomarán en cuenta todos los criterios establecidos en el ciclo anterior, enfatizando que en estas edades (entre 10 a 12 años), algunos de los contenidos desarrollados ya se mantienen en una fase de fortalecimiento y aplicación de acciones motoras en situaciones concretas. Por lo tanto, la temporización de acuerdo a la carga horaria por bloque tiende a brindarle mayor espacio a los bloques de condición física para la salud, habilidades y destrezas y el juego hacia la iniciación deportiva.

Sobre los métodos y técnicas a utilizar, se recomienda la utilización del comando pedagógico para el establecimiento específico de parámetros corporales y de acondicionamiento físico necesarios para sustentar las bases fisiológicas propias al desarrollo motor de estos niños y niñas. A través de este método se puede controlar la eficiencia y eficacia del trabajo en relación al trabajo cuanti-cualitativo (números de repeticiones, tiempo de ejecución, calidad en el ejercicio etc), así como el control por parte del profesor (a) de las actividades y el trabajo grupal. Es el momento oportuno para retroalimentar, corregir posturas u otros aspectos que no pueden permitir una deficiente o irregular ejecución, ya que en vez de ser un beneficio a la salud, se convierten en perjuicios que pueden incidir considerablemente en la salud física y mental de los niños y niñas.

La aplicación de métodos como el analítico (análisis de las partes), sintético (análisis de la totalidad) y mixto (combinación del analítico-sintético-analítico y viceversa) son de gran importancia para adquirir a través de diferentes experiencias y con diversas lógicas, aprendizajes más significativos para los alumnos y alumnas. Sobre todo, cobra importancia la valoración actitudinal del porqué estos contenidos son vitales en su formación integral como persona, en beneficio de su salud y capacidad física y mental para solventar las diversas actividades propias a la cultura del movimiento. A través de la metodología de Asignación de Tareas, se logran reforzar muchos de los aspectos mencionados anteriormente, así como la independencia, confianza, autoestima y otras actitudes afines, ya que son los mismos alumnos y alumnas los responsables de realizar tareas asignadas.

En cuanto al bloque de Actividades en el Medio Natural y Extraclase, al ser desarrollado en forma integrada y paralela a los demás bloques de contenidos, como ya se ha enfatizado anteriormente, los alumnos y alumnas en este ciclo ya pueden participar en el tratamiento metodológico que se puede seguir. Se convierten en patrocinadores de este tipo de actividades al sugerir la programación de las mismas, sus roles, sus propósitos y la interrelación de los aprendizajes adquiridos en la clase formal (no sólo de la asignatura de educación física, sino de otras con temas afines), con aprendizajes significativos pertinentes y relevantes según sus necesidades y adaptaciones educativas, sociales y culturales.

12.9.3 ORIENTACIONES METODOLÓGICAS PARA EL TERCER CICLO.

Manteniendo las consideraciones generales de las orientaciones metodológicas propuestas para el área y de algunas especificaciones de los ciclos anteriores, en este ciclo se sugiere seguir lineamientos didácticos que refuercen la actitud participativa de los y las jóvenes, ya que por características específicas de la adolescencia, se suelen presentar ciertas actitudes de apatía ó poca iniciativa. En algunos de los casos, es importante avanzar hacia el movimiento, hacia la expresión corporal y hacia las asignaciones de tareas individuales y /o grupales que impliquen un trabajo continuo y sistematizado, tal como se plantea en las expectativas de logro de este ciclo.

La aplicación de métodos y técnicas que refuercen este aspecto, serán de mucha utilidad para el logro de aprendizajes y enseñanzas significativas, tanto para el alumno (a) como para el ó la docente. Por ejemplo, la asignación de tareas tanto individuales como colectivas fortalecen las actitudes positivas hacia el ejercicio y la forma creativa y el propósito para realizarlos, expectativa fundamental para que en este tercer ciclo se consolide la cultura del movimiento como parte integral del desarrollo de la persona.

El o la docente especialista deberá fomentar el trabajo cooperativo y colaborativo y brindar los espacios para la toma de decisiones que se orienten a la construcción de la clase misma, siguiendo como línea los aspectos propios del programa y la orientación pedagógica del o de la docente a cargo.

El mismo tratamiento metodológico se sugiere implementar para las actividades del medio natural y extraclase, tomando en cuenta, ya en este caso, que los jóvenes pueden participar y ser capaces de asumir responsabilidades concernientes a la planificación, organización y desarrollo de diversas actividades que este bloque propone, y con mayor grado de complejidad (excursiones, campamentos, torneos, etc.)

12.10 ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN DEL ÁREA

La evaluación en el Área de Educación Física, desde la perspectiva constructivista se basa en una concepción de la evaluación centrada en el proceso de enseñanza-aprendizaje y todos los factores que influyen en el mismo.

De allí que la evaluación del Área en la educación básica tenga sobre todo un sentido formativo que se manifiesta en las siguientes finalidades:

- Identificación, por medio de la cual el alumno o alumna reconoce sus capacidades, habilidades y preferencias motrices y las asume como parte de su identificación personal.
- Diagnóstica, que sirve para determinar las posibles dificultades o limitaciones y capacidades potenciales del alumno o alumna.
- Pronóstica u orientativa, que permite a la alumna o alumno elegir mejor sus actividades físicas, a la vez que corregir o compensar aspectos débiles de las mismas.
- Motivación, de cara a la consecución de progresos, incidiendo en los logros obtenidos y efectuando un tratamiento positivo de las deficiencias constatadas.

La evaluación estará centrada en el proceso de enseñanza-aprendizaje de acuerdo a las siguientes funciones:

Función diagnóstica: es la que realizaremos para obtener referencias válidas sobre los conocimientos previos del alumnado y determinar la presencia o ausencia de las mismas a las necesidades concretas encontradas en el alumnado.

Esta función diagnóstica se sitúa en el momento en que el alumnado se enfrenta a nuevos aprendizajes.

Para concretar la función diagnóstica, específicamente en el primer ciclo, podemos diseñar una hoja/registro por alumno o alumna que consta de cuatro apartados: el primero se refiere a cuestiones de salud del alumno o alumna, el segundo a su motricidad, el tercero a sus juegos y el último a su hábitos conductuales.

Por lo que respecta a las unidades didácticas, podemos realizar una actividad en común durante la primera sesión para tomar en cuenta los conocimientos previos que el alumnado tiene sobre la temática correspondiente; o bien, diseñar unas actividades modelo, congruentes con los objetivos didácticos que pretendemos desarrollar de forma que sean el punto de partida de las sesiones posteriores.

Función formativa: Se concretiza a lo largo del proceso de enseñanza aprendizaje y a través de ella, vamos constatando la validez de los componentes de ese proceso: si se van consiguiendo los objetivos programados, las dificultades encontradas, las posibles causas de los errores. El principal instrumento que utilizaremos para realizarla será la observación y el registro, en la hoja correspondiente, del comportamiento de los alumnos al realizar las tareas. A partir de esta información, se hará el correspondiente reforzamiento o retroalimentación en el momento oportuno.

De esta manera, la función formativa de la evaluación nos permite constatar en qué grado se van consiguiendo los aspectos concretos que hemos expresado en las expectativas de logro en el mismo transcurrir del proceso. De esta manera se van aplicando simultáneamente los criterios de ajuste que garanticen el éxito de los aprendizajes.

Por lo que se refiere a las unidades didácticas, la evaluación formativa nos permite actualizar la situación del alumno respecto de la evaluación diagnóstica y de los objetivos didácticos que hemos programado en cada una de las unidades.

Función sumativa: La realizaremos al final de cada unidad didáctica o proceso de enseñanza-aprendizaje y constituye una síntesis / balance de los resultados de la evaluación formativa. Nos permite constatar aquello que se ha logrado y determinar lo que se podría mejorar en el futuro.

Por medio de la evaluación sumativa verificamos el nivel alcanzado por el alumnado y valoramos la eficacia de todos los elementos del proceso educativo.

Todo ello nos permitirá emitir un juicio valorativo sobre si el alumno progresa adecuadamente o no. Esto lo anotaremos en el boletín de información familiar y en la hoja de registro que hemos diseñado.

Respecto de los ciclos de evaluación sumativa, nos permiten hacer un balance y valorar en qué grado se han alcanzado cada una de las expectativas de logro establecidas para ese ciclo.

Respecto de las unidades didácticas, la evaluación sumativa nos permite hacer un balance y valorar en qué grado se han obtenido los objetivos didácticos establecidos para esa unidad; así como la validez de los otros componentes del proceso de enseñanza-aprendizaje: actividades, metodología, organización espacio-temporal y materiales.

Si se optara por los datos que ofrece la evaluación formativa, la evaluación sumativa se realizará mediante una apreciación valorativa global de las informaciones aportadas durante el proceso. En todo caso, la evaluación sumativa sirve para cumplir el trámite administrativo de la calificación.



BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

- Augusto Pila Teleña, 1981, ***Educación Física Deportiva. Enseñanza Aprendizaje***, Editorial Augusto E. Pila Teleña, Madrid.
- Adoración Aboy La Fuente, 1987, ***La Educación Física en la Primera Etapa de Educación General Básica***, Editorial Alambra, Madrid.
- Educación Aboy La Fuente, 1987, ***La Educación Física en la Segunda Etapa de Educación General Básica***, Editorial Alambra, Madrid.
- Amandia Graca, José Oliveira, 1997, ***La Enseñanza de los Juegos Deportivos***, Editorial Paidotribo, Barcelona.
- Cristina González Milón, 1987, ***Juegos y Educación Física***, Editorial Alambra, Madrid.
- Domingo Blázquez Sánchez, 1992, ***Evaluar en Educación Física***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- Fernando Ureña, 1997, ***La Educación Física en Secundaria***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- Fernando Sánchez Bañuelos, 1989, ***Didáctica de la Educación Física y el Deporte***, Gymnos Editorial, Madrid.
- Francisco J. Corpus, 1991, ***Educación Física. Manual para el Profesor***, Ediciones Aljibe, Málaga.
- Jordi Díaz Lucea, 1994, ***El Currículo de la Educación Física en la Reforma Educativa***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- José Soles Blasco, 1992, ***La Evaluación de la Educación Física***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- José Hernández Moreno, 2000, ***La Iniciación a los Deportes desde su Estructura y Dinámica***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- Jordi Díaz Lucea, 1999, ***La Enseñanza y Aprendizaje de las Habilidades y Destrezas Motrices Básicas***, INDE Publicaciones, Barcelona.
- Marissa Santo Pastor, 1998, ***Actividades Físicas Extraescolares***, INDE Publicaciones, Barcelona, España

BIBLIOGRAFÍA UTILIZADA

- Daryl Siedentop, 1998, ***Aprender a Enseñar la Educación Física***, INDE Publicaciones, Barcelona, España.
- Fernando Ureña, 1997, ***La Educación Física en Secundaria***, INDE Publicaciones, Barcelona, España.
- Jacques Florence, 2000, ***Enseñar Educación Física en Secundaria***, INDE Publicaciones, Barcelona, España.
- Maurice Pieron, 1999, ***Para una Enseñanza Eficaz de las Actividades Físico-deportivas***, INDE Publicaciones, Barcelona, España.
- O. E. I., Septiembre 1999, ***Proyecto establecimiento de estándares para la Educación Primaria en Centroamérica***.
- Secretaria de Educación, 2002, ***Currículo Nacional Básico***, Tegucigalpa, Honduras.
- Secretaria de Educación, 2002, ***Currículo Nacional de Educación Prebásica***, Tegucigalpa, Honduras.
- Secretaría de Educación, 2002, ***Lineamientos para el abordaje de la Educación Intercultural Bilingüe en el Diseño Curricular Nacional Básico. Propuesta***, Tegucigalpa, Honduras.
- Secretaría de Educación, 2003, ***Cartel de Alcances y Secuencias: Educación Física***, Tegucigalpa, Honduras.
- Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán, 2001, ***Plan de Estudios de la Carrera de Profesorado de Educación Básica en el Grado de Licenciatura***, Tegucigalpa, Honduras.
- Varios, 1993, ***Desarrollo Curricular para la Formación de Maestros Especialistas en Educación Física***, Gymnos Editorial, Madrid.