



**ANEP**

ADMINISTRACIÓN  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA

Programa de Educación Básica Integrada

# Educación Física y Recreación

Tramo 5 | Grados 7.º y 8.º

Componente:

**Alfabetizaciones fundamentales**

Espacio curricular

**de Desarrollo Personal y Conciencia Corporal**

**2023**

# Espacio de Desarrollo Personal y Conciencia Corporal

## Fundamentación

Entendiendo a la educación como formadora de sujetos conviviendo en sociedad y la conciencia corporal como construcción de sujetos de derechos, es imprescindible el enfoque teórico-práctico sobre la conciencia corporal que habilita a nuevas estrategias pedagógicas educativas para la vida social y cultural, el desarrollo sostenible, hábitos saludables, convivencia ciudadana, disfrute y uso del tiempo libre.

El cuerpo como construcción ha tenido cambios según los procesos históricos socioculturales y políticos, donde era solo el instrumento para la sobrevivencia y las conquistas, reduciendo la mirada a lo anatómico-biológico como parte esencial del ser humano. Si bien es un componente que hoy en día sigue siendo fundamental, se incorporan nuevas miradas que hacen a la construcción del ser humano en el mundo actual.

## Competencias específicas (CE) del espacio y su contribución al desarrollo de las competencias generales del MCN

Se definen cuatro competencias específicas que interactúan con las competencias generales definidas en el MCN, y al mismo tiempo, con los contenidos estructurantes propios de la Educación física y los enfoques transversales.

**CE1.** Competencia Motriz: Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano, que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y la recreación, la gimnasia y las expresiones del movimiento motriz. Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN: Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitiva, Intrapersonal, Relación con los otros, Iniciativa y orientación a la acción.

**CE2.** Competencia Corporeidad y entorno: Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas), capacidades condicionales y coordinativas, generando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno. Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN: Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitiva, Pensamiento computacional.

**CE3.** Competencia Motriz expresiva: Explora, analiza y desarrolla desde la práctica una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas. Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN: Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitiva, Relación con los otros, Iniciativa y orientación a la acción.

**CE4.** Competencia Cuerpo y pensamiento científico: Construye conocimiento científico que permite desarrollar, interpelar, argumentar e investigar sobre saberes propios de la Educación Física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área que contribuyen a la toma de decisiones reflexivas. Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN: Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento científico, Metacognitiva, Intrapersonal, Iniciativa y orientación a la acción, Ciudadanía local, global y digital.

## Contenidos estructurantes de la unidad curricular del espacio

Se definen cinco contenidos estructurantes de la Educación Física que abarcan la trayectoria educativa del estudiante desde los 3 hasta los 15 años, es decir toda la educación básica integral (EBI).

### Conciencia corporal

Es entendida como el proceso dinámico e interactivo motriz y emocional por el cual se perciben los estados de ánimos, procesos y acciones que suceden en el cuerpo, tanto en el plano interoceptivo como propioceptivo, y que pueden ser percibidos por uno mismo en permanente retroalimentación y construcción.

### Deporte

El deporte como contenido a enseñar tiene como objeto la educación deportiva (Velázquez Buendía, 2004), entendida como un proceso intencional en la formación de estudiantes, que abarca analizar comportamientos que implican ámbitos cognitivos, motrices, lúdicos, afectivos, éticos, relacionales, comunicativos y sociales.

Esta propuesta educativa busca dialogar con la cultura y el contexto sociohistórico en donde ocurren los hechos, para problematizar las distintas orientaciones que plantea el deporte: el deporte-práctica y el deporte-espectáculo (Cagigal, 1979).

### Gimnasia

La gimnasia como contenido de la Educación Física implica realizar secuencias sistemáticas de ejercicios y técnicas sobre componentes motores (coordinativos y condicionales), afectivos y emocionales, con un enfoque global e inclusivo.

Tiene diferentes modalidades que implica la enseñanza de diversas técnicas (Soares, 2006) para practicar gimnasia por placer, por creatividad, por formación corporal, por concientización corporal, por acrobacias, como también con fines competitivos y médicos.

### Juego y recreación

El juego es un espacio ficticio y separado (espacial y temporalmente) que se aleja de la vida corriente y permite distintas estructuras (Callois, 1986) y habilita modos y formas de jugar en el

campo de lo lúdico (Pavía, 2010), fortaleciendo un lugar propio Dentro del espacio pedagógico, didáctico y social (Huizinga,1972).

La recreación es entendida como acciones y actividades placenteras e institucionalizadas que suponen el desarrollo de todas las potencialidades humanas (Moreno, 2006). La recreación educativa se orienta a crear y facilitar condiciones para la construcción de la autonomía del propio tiempo (Waichman, 2004).

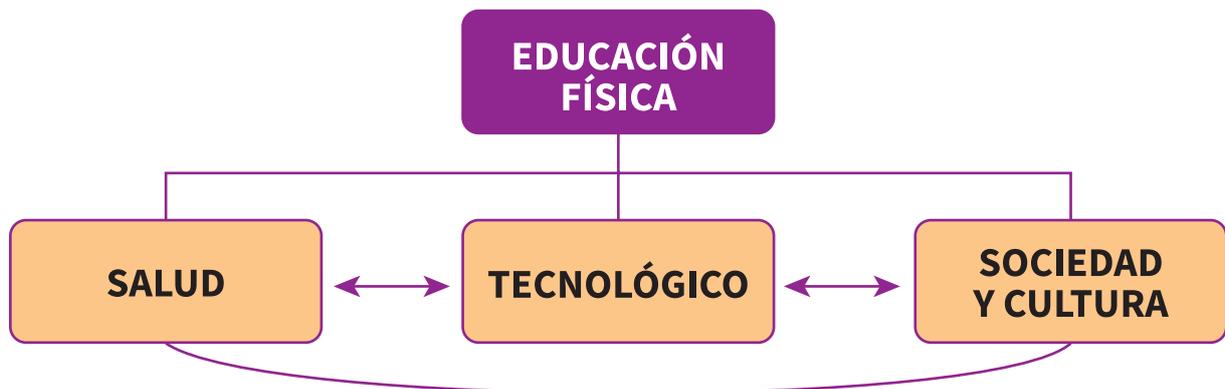
### Prácticas expresivas

Son prácticas motoras que implican expresiones, comunicación y creaciones corporales de niños, adolescentes y jóvenes. Permite reconocer sensaciones, percepciones y sentimientos, en aras de trabajar para su autoconocimiento, el respeto, la autoestima, la empatía y el derecho de las personas a expresarse, con mirada inclusiva desde otras perspectivas.

### Enfoques transversales de Educación Física en el EBI

Asimismo se plantean tres enfoques transversales que complementan los contenidos estructurantes y abren las posibilidades curriculares (figura 1).

**Figura 1.** Enfoques transversales de Educación Física



Por último, se presenta la relación dinámica entre contenidos estructurantes, enfoques, competencias específicas y competencias generales de la EBI del MCN (figura 2).

**Figura 2.** Relación entre competencias generales, específicas, contenidos y enfoques desde el campo de Educación Física en clave ANEP



## Orientaciones metodológicas del espacio

Los principios rectores de la educación nacional son la obligatoriedad, gratuidad y laicidad que conducen a la universalidad. Los principios orientadores que definen el Marco Curricular Nacional 2022 son inclusión, participación, flexibilidad, integración, pertinencia y centro en el estudiante y en el aprendizaje (ANEP, 2022a).

En esta lógica, la Educación Física tiene el desafío de reflexionar sobre las metodologías didácticas a implementar, y buscar trascender el mero hecho de su elección de una o más, para profundizar en la naturaleza del aprendizaje y su duración (Tardif, 2008).

El docente, como actor fundamental en el acompañamiento del estudiante, brinda oportunidades para desarrollar y alcanzar aprendizajes significativos, con propuestas que involucren y los desafíen, integrando contenidos pedagógicos del propio campo disciplinar con otros campos de conocimiento para enriquecer el bien final.

Alcanzar las metas de aprendizaje propuestas está directamente relacionado con la elección del formato de enseñanza que realice el docente, con prácticas de enseñanza intencionales, sistemáticas y planificadas.

La toma de decisión sobre la metodología requiere tener la mayor coherencia posible entre las intenciones y las acciones de formación, coordinando el escalamiento de las competencias con la duración del programa (Tardif, 2008) de forma reflexiva y sistemática.

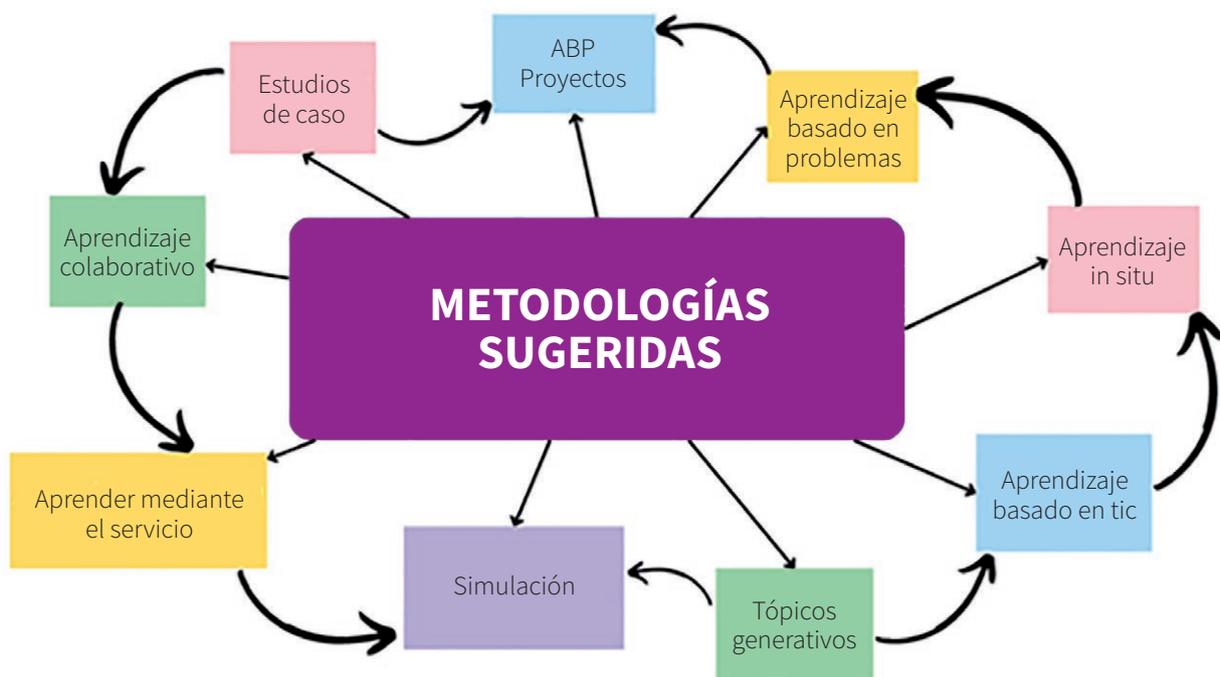
En este mismo sentido, en la educación formal institucionalizada, la toma de decisiones supone, como expresa Coll (2010), la presencia de una acción educativa intencional, sistemática, planificada y especializada, orientada a promover y favorecer el aprendizaje, donde la decisión de metodologías da cuenta de la planificación y responsabilidad sobre el aprendizaje intencional.

La metodología es un proceso reflexivo de la percepción, que le permite al estudiante tener una visión receptiva, creativa, tolerante y crítica, y lo guía en el proceso de abstracción de información del entorno. El docente buscará las estrategias necesarias que incentiven el aprendizaje de reflexión atendiendo la particularidad del grupo y la singularidad.

La enseñanza por competencias demanda indefectiblemente participación activa del estudiante.

En la figura 3 se presentan las principales metodologías para la formación de competencias:

**Figura 3.** Principales metodologías para la formación de competencias



Elaborado con base en Pimienta (2012)

Entre las principales metodologías activas, se presentan en el anexo 3 aquellas que se encuentran más visibles en su implementación en la educación y se definen con base en las tres dimensiones de las competencias definidas por Pimienta (2012): saber ser, saber hacer y saber conocer, para la puesta en práctica en constante retroalimentación entre los contenidos.

## Orientaciones sobre la evaluación del espacio

El pensar un currículo basado en el enfoque de competencias implica cambios en la evaluación. Tobón et al. (2006) plantean la necesidad de un proceso de evaluación por competencias formativo, que tome como referencia el desempeño de los estudiantes en diferentes contextos, basándose en evidencias e indicadores para determinar el grado de adquisición de las competencias para poder ofrecer retroalimentación sobre debilidades y fortalezas.

Entre los principios orientadores que definen el Marco Curricular Nacional 2022 se encuentran la inclusión, el centro en el estudiante y en el aprendizaje y la evaluación inclusiva (Coll et al., 2000). También se establece que la función pedagógica tiene una prioridad absoluta sobre la función acreditativa y se realiza para tomar decisiones de política y planificación educativa. En la EBI es esencial este enfoque, ya que está dirigido a todos los estudiantes sin excepción e identifica las necesidades para poder avanzar en los aprendizajes (Coll et al., 2000).

Entre otras cuestiones, esto modifica la perspectiva que se tiene sobre la evaluación, cuando esta se reduce a solicitar determinados productos o resultados, y significa en cambio reconocer que un modelo de evaluación del aprendizaje por competencias estaría integrado por un conjunto de componentes cualitativos, donde lo cuantitativo debe quedar subordinado a «transitar de los modelos de evaluación del aprendizaje centrados en puntajes a modelos de evaluación centrados en la descripción del grado de proceso que se ha desarrollado y de una valoración (auto-, hetero- y covaloración) de los aspectos que obstaculizan tal desarrollo» (Díaz Barriga, 2011, pp. 19-20).

A partir de este nuevo enfoque de evaluación con base en competencias se presentan posibles herramientas de evaluación (figura 4).

**Figura 4.** Evaluación con base en competencias

### INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN



Elaborado a partir de Ramírez Santander (2003)

A partir de esta óptica de evaluación de los aprendizajes, existe la pregunta relativa a los programas por competencias (Tardif, 2008) sobre la contextualización de los procesos evaluatorios que permitan a los docentes informar regularmente a los estudiantes sobre su trayectoria en el desarrollo de competencias. En este mismo sentido, Perrenoud (2004) define que el oficio del docente debe transformarse en ser un observador profesional de los alumnos trabajando.

Anijovich y González (2017) introducen el concepto de ‘evaluación auténtica’ como aquella que «permite contemplar la heterogeneidad de los estudiantes y la posibilidad de que todos logren aprender en tanto se les ofrecen actividades variadas en las que sea posible optar y tomar decisiones para resolver problemas cotidianos» (p. 15). La intención es poder ir más allá del conocimiento declarativo, para poder observar y valorar lo que los estudiantes demuestran que saben hacer, pensar y resolver, buscando desde la evaluación el círculo virtuoso de la retroalimentación. Asimismo, Anijovich y Cappelletti (2017) vuelven a señalar: «La evaluación auténtica es aquella que propone situaciones del mundo real o cercanas, problemas significativos, complejos, para que los alumnos utilicen sus conocimientos previos, pongan en juego estrategias y demuestren la comprensión de sus saberes» (p. 120).

En este sentido, la evaluación auténtica es formativa y refiere al aprendizaje; el rol del estudiante es activo, participa involucrándose para resolver los problemas y pone en juego saberes previos, habilidades cognitivas y metacognitivas. Lo vertido por esta autora es fundamental, ya que se basa en la centralidad en el alumno, en el rol del estudiante como sujeto de conocimiento —importa no solo lo que dice, sino cómo utiliza el saber para resolver situaciones cotidianas— y en la necesidad de considerar la heterogeneidad de conocimientos de cada uno para la mejora de aprendizajes.

Las progresiones de aprendizaje describen el desarrollo de una competencia en niveles de complejidad creciente, como pasos de un camino hacia los logros expresados en el perfil de egreso. La descripción del progreso se ha propuesto, en un principio, en cinco niveles de avance o fases que se asocian con momentos del proceso de desarrollo de la competencia, y se expresan mediante indicadores de progreso o criterios de logro que se ejemplifican a través de una acción o un proceso, tomando como referencia los perfiles de egreso para garantizar el seguimiento de las trayectorias educativas a lo largo de la EBI (ANEP, 2022b, pp. 13-14).

Mención especial merece la mirada sobre la evaluación en palabras de Santos Guerra (2003):

Es un fenómeno que permite poner sobre el tapete todas nuestras concepciones. Más que un proceso de naturaleza técnica y aséptica es una actividad penetrada de dimensiones psicológicas, políticas y morales. Por el modo de practicar la evaluación podríamos llegar a las concepciones que tiene el profesional que practica sobre la sociedad, las instituciones de enseñanza, el aprendizaje y la comunicación interpersonal. (p. 69)

En esta línea de pensamiento, Litwin reflexiona:

La evaluación es parte del proceso didáctico e implica para los estudiantes una toma de conciencia de los aprendizajes adquiridos y, para los docentes, una interpretación de la

implicancia de la enseñanza en esos aprendizajes. (...) A la hora de reflexionar sobre la evaluación, sostenemos los mismos interrogantes que a la hora de pensar las actividades y el valor en la construcción del conocimiento (Litwin, 1998).

El diálogo pedagógico desde la perspectiva de la comunicación didáctica, en la «comparación entre las imágenes, las representaciones que tenemos sobre lo real (no real), con las representaciones de lo deseable: el referente» (Sales et al. 2014, p. 103).

A partir del MCN que determina los seis principios rectores (centralidad en el estudiante, inclusión, pertinencia, flexibilidad, integración de conocimientos, participación y visión ética), estos se integran a la evaluación auténtica brindando las garantías de los procesos de enseñanza y aprendizaje para que las competencias específicas (motriz, corporeidad y del entorno, motriz expresiva, cuerpo y pensamiento científico) sean verdaderas unidades de aprendizajes.

El docente como profesional de la educación tendrá la autonomía de seleccionar los tipos de evaluación acorde a las características de los estudiantes, contexto, contenido y competencias, para generar avances en los aprendizajes.

## **Orientaciones sobre autonomía curricular**

El Plan de Educación Básica Integrada (EBI) basado en el Marco Curricular Nacional (MCN) propone la implementación de un componente de autonomía curricular. En este sentido, desde un enfoque humanista y socioformativo, se entiende a la autonomía curricular como la facultad pedagógica que habilita a los profesionales a reflexionar, tomar decisiones y contextualizar sus prácticas y los formatos educativos con el fin de lograr la transposición de saberes y el desarrollo de competencias. Esta autonomía se basa en los principios de centralidad del estudiante y su aprendizaje, inclusión, pertinencia, flexibilidad, integración de conocimientos, participación y equidad. Su objetivo principal es colaborar en la formación integral del alumnado, así como en la promoción del recorrido en trayectorias educativas completas.

El desarrollo de esta facultad requiere la creación de una cultura organizacional propia sustentada en el trabajo colaborativo, así como la participación activa de la comunidad educativa en la toma de decisiones. Para que esta autonomía se concrete es necesario desarrollar ámbitos, legitimados institucionalmente, que faciliten el desarrollo de las competencias propuestas en cada unidad curricular, entendidas en su integración como promotoras de desarrollo humano. Ello requiere que cada centro educativo disponga y gestione un tiempo y un ámbito para trabajar aquellos aspectos que considere relevantes en la propuesta de centro y de aula, respetando las diferentes realidades de cada localidad, los ritmos de los estudiantes destinatarios y sus formas de aprendizaje. También es necesario desarrollar propuestas con un enfoque intra- e interdisciplinario, con mirada territorial y global, que favorezcan el trabajo en red con otras instituciones y garanticen la participación de la familia y la comunidad educativa. Dichas propuestas se construyen en un entorno colaborativo de intercambio y coordinación en el que cada centro y los actores educativos que lo integran visualizan, acuerdan y planifican los logros concretos del universo de estudiantes en el desarrollo de competencias.

En la carga horaria en las que se distribuye la malla curricular y con la finalidad de que los docentes generen nuevas posibilidades de aprendizaje para los estudiantes, procesos de relaciones interpersonales de encuentro y trabajo colaborativo, experiencias de aprendizajes sociales a través de servicios solidarios a la comunidad, entre otros, será importante instrumentar acciones que favorezcan y promuevan el desarrollo de estos procesos mediante diferentes metodologías activas como el aprendizaje basado en proyectos, el análisis de casos, el aprendizaje servicio solidario, la resolución de problemas y el aprendizaje por experiencias. De esta manera se nuclean estrategias consensuadas y se integran los problemas de la realidad circundante para formar ciudadanos que sean capaces de integrar la complejidad y evolucionar con ella.

### **Justificación de la unidad curricular en el espacio**

La Educación Física como práctica pedagógica está relacionada con la enseñanza de saberes ligados al cuerpo y al movimiento, e interviene intencional y sistemáticamente en la construcción de la corporeidad integrando sentimientos, emociones y experiencias, que aportan a la construcción de un ser integral.

Atendiendo al estudiante como sujeto de derecho a aprender, y por ende, desde una mirada inclusiva, la Educación Física genera experiencias educativas motrices, expresivas, argumentativas e interpelantes, en un espacio y tiempo esencialmente educativo, que permiten en forma responsable formar sujetos conviviendo en sociedad.

Es un campo de conocimiento donde el cuerpo atraviesa la formación del ser humano. De acuerdo con lo mencionado en la fundamentación del espacio curricular, las prácticas de enseñanza y de aprendizaje promueven movimientos intencionales no solamente orientados al desarrollo o instrucción del cuerpo físico, sino a la construcción de la corporeidad para la construcción de proyectos de vida.

## Tramo 5 | Grados 7.º y 8.º

### Perfil general del tramo

Al finalizar este tramo, cada estudiante conoce sus derechos y comienza a asumir responsabilidades en diferentes ámbitos de participación ciudadana. Se involucra en las oportunidades de participación para la toma de decisiones democráticas en clave de derechos humanos en su entorno escolar y cotidiano.

Valora las características culturales locales, regionales y globales como riqueza, promoviendo el respeto de la diversidad en su entorno. Reconoce y aprecia las diferencias y la no discriminación.

En el ámbito individual y colectivo, construye preguntas y problemas sencillos a partir de consignas dadas o inquietudes propias. Diseña y desarrolla proyectos y procedimientos que permitan el alcance de las metas y los objetivos con los recursos disponibles individuales y en grupo, con metas a corto plazo. Identifica emergentes de contextos cotidianos o ajenos a su experiencia y plantea soluciones sencillas y propuestas de acciones como respuesta a demandas del entorno en ambientes intencionales de aprendizaje. Recopila datos y analiza resultados para construir prototipos.

En construcciones colaborativas, asume roles diversos, con la guía de personas adultas. Construye vínculos asertivos, conductas y relaciones saludables buscando acuerdos en los conflictos y reconociendo estrategias para la resolución de los disensos. Desarrolla una actitud crítica para el autocuidado y el cuidado de las otras personas frente a la información y los modelos que le llegan.

Explora redes de apoyo y realiza acciones solidarias para el cuidado de las otras personas favoreciendo la convivencia social. Integra y valora distintos grupos y espacios de pertenencia para la construcción de su identidad, conociendo y comprendiendo la diversidad propia y de las otras personas. Expresa inquietudes cuando le son habilitados los espacios de participación. Comienza a construir conciencia de su huella e identidad digital y la seguridad de datos personales en el uso de los espacios digitales. Selecciona herramientas digitales para el manejo, la presentación y la visualización de información y reconoce los aspectos importantes y la información relevante de los datos de un conjunto de problemas. Analiza, de forma mediada, las formas en que la tecnología y las computadoras impactan y transforman la vida cotidiana y el ambiente.

Reflexiona sobre situaciones y problemas socioambientales, así como sobre sus causas y consecuencias y de la incidencia de la acción humana en la evolución del equilibrio ambiental, la sostenibilidad, la justicia y la equidad.

Se encuentra en proceso de construcción de su identidad, de autorregulación, y toma conciencia del efecto que producen sus acciones. Explora sus posibilidades expresivas y la potencialidad de su corporalidad. Comprende e inicia el proceso de integrar sus sentimientos, emociones, fortalezas y fragilidades frente a emergentes, para conocer y conocerse de acuerdo con sus características individuales.

Cada estudiante revisa sus motivaciones para la realización de la tarea, analizando las experiencias previas en que resolvió situaciones semejantes.

Proyecta mentalmente la tarea a realizar, imagina cómo hacerla y ajusta diversas estrategias regulando su tiempo, con mediación docente. Reconoce el monitoreo, la planificación y la autoevaluación como herramientas para el aprendizaje y genera las condiciones apropiadas en el entorno de trabajo.

Comunica sus ideas a través del diálogo, la exposición, la descripción y la argumentación. Explica y define conceptos en distintos lenguajes, formatos y contextos. Lee, se expresa oralmente y logra procesos de escritura de textos sobre temas diversos en forma autónoma. Elabora y modifica expresiones que reflejan ideas propias o de otras personas, en un proceso de exploración de su potencial creativo, utilizando diferentes materiales, soportes, lenguajes y técnicas.

Reconoce, comprende y produce textos en otra lengua sobre temas diversos en forma mediada. Lee, escribe y se expresa oralmente incorporando vocabulario, con la aplicación de diversos soportes, lenguajes alternativos y mediaciones en contextos familiares.

Establece relaciones entre sus opiniones y las de otras personas e intercambia posturas para identificar acuerdos y desacuerdos. Fundamenta su punto de vista en función de razones que puede organizar, lo compara y confronta con los de otras personas y distingue una opinión fundamentada de una que no lo está.

Identifica matices conceptuales, busca los significados desconocidos y reconoce supuestos implícitos en situaciones sencillas. Reconoce y puede explicar una falacia, a la vez que identifica ausencias en una cadena lógica argumentativa.

Diferencia conocimiento científico del que no lo es y lo utiliza para formular, analizar y explicar fenómenos y problemas cotidianos, naturales y sociales. Reconoce que los modelos son representaciones de diferentes escenarios y permiten a cada usuario experimentar con distintas condiciones y sus consecuencias. Elabora explicaciones con base científica sobre fenómenos simples valorando aplicaciones tecnológicas del conocimiento científico y reflexiona sobre su influencia en la sociedad y el ambiente, reconociendo el carácter temporal del conocimiento científico y su apertura permanente a la revisión y el cambio. Utiliza distintas herramientas de programación para resolver problemas, reconociendo sus generalidades en términos abstractos, a través de procesos sistemáticos de prueba y de detección y corrección de errores.

## Competencias específicas de la unidad curricular por tramo

### CE1. Competencia Motriz

Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano, que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y la recreación, la gimnasia y expresiones del movimiento motriz.

## CE2. Competencia Corporeidad y entorno

Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas), capacidades condicionales y coordinativas, generando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal, para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno.

## CE3. Competencia Motriz expresiva

Explora, analiza y desarrolla desde la práctica una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas.

## CE4. Competencia Cuerpo y pensamiento científico

Construye conocimiento científico que permite desarrollar, interpelar, argumentar e investigar sobre saberes propios de la Educación Física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área que contribuyen a la toma de decisiones reflexivas.

## Contenidos estructurantes del tramo



## Contenidos específicos por grado y su contribución al desarrollo de las competencias específicas de la unidad curricular

Competencias específicas	Contenidos grado 7.º	Contenidos grado 8.º
<p>Conciencia corporal CE1, CE2</p>	<p>Análisis del aparato locomotor como uno de los componentes de la conciencia corporal en una práctica motriz emocional y reflexiva.</p> <p>Identificación de distintas nomenclaturas, nociones topológicas (planos y ejes) y funcionalidad corporal: capacidades motoras coordinativas y condicionantes desde la corporeidad.</p> <p>Percepción corporal asociada a la actitud postural, relajación, respiración, tonicidad, equilibrio, así como también al contacto y experiencia afectiva corporal.</p> <p>Reflexión con intervención de un adulto de las implicancias de la participación en redes sociales y el cuidado de la privacidad de imágenes corporales propias y del otro.</p> <p>Reconocimiento de su corporeidad en el medio acuático.</p>	<p>Percepción del aparato locomotor como uno de los componentes de la conciencia corporal en una práctica motriz emocional y reflexiva en relación con la gimnasia, deporte, el juego y recreación y expresiones del movimiento motriz.</p> <p>Identificación y análisis de las distintas nomenclaturas topológicas, así como la funcionalidad de las distintas capacidades coordinativas y condicionantes desde la corporeidad tomando decisiones motrices asertivas.</p> <p>Concientización de su corporeidad para la construcción de su imagen y esquema corporal con sus pares y en el entorno, en su medio y otras alternativas.</p> <p>Comprensión de las diferencias de la exposición del mundo privado y público de la imagen corporal.</p>

<p>Juego y recreación CE1, CE2, CE3</p>	<p>Identificación de distintos juegos motores y modos de jugar como dimensiones del fenómeno lúdico.</p> <p>Identificación en el juego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lugar ficticio de tiempo y espacio</li> <li>• distintos roles y toma de decisiones.</li> </ul> <p>Creación y recreación de juegos con intervención de docentes.</p> <p>Experimentación y disfrute del medio natural:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• juegos de orientación.</li> <li>• reconocimiento y contemplación del entorno.</li> <li>• juegos nocturnos.</li> <li>• realización de campamentos</li> </ul> <p>Participación en juegos acuáticos reconociendo la importancia del autocuidado y el cuidado del otro.</p>	<p>Análisis de distintos juegos motores.</p> <p>Incorporación del jugar como acción.</p> <p>Participación en clave de inclusión educativa. Búsqueda de la imagen corporal en el jugar con sus pares.</p> <p>Creación de juegos propuestos por estudiantes sin intervención de docentes.</p> <p>Generación de propuestas en el medio natural:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• juegos de orientación</li> <li>• juegos en espacios naturales</li> <li>• reconocimiento y contemplación de otros espacios.</li> <li>• realización de campamentos.</li> </ul> <p>Incorporación de juegos acuáticos en colaboración y oposición.</p>
<p>Deporte CE1, CE2, CE4</p>	<p>Incorporación de deportes individuales y colectivos con identidad local, acervo territorial e identidad local.</p> <p>Identificación de lógicas de funcionamiento de distintos deportes.</p> <p>Conocimiento de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas elementales e intenciones tácticas de distintos deportes</li> <li>• reglamentos.</li> </ul> <p>Vinculación con temas de deporte y salud, aspectos socio culturales y tecnológicos.</p> <p>Realización de deportes acuáticos con identidad local.</p>	<p>Ampliación de deportes individuales y colectivos, acervo generando nuevos conocimientos.</p> <p>Comprensión de lógicas de funcionamiento de distintos deportes (según relación con oposición).</p> <p>Apropiación de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas propias e intenciones tácticas de distintos deportes.</li> <li>• aspectos reglamentarios.</li> </ul> <p>Análisis del deporte y vínculos con la salud, tecnología y aspectos socioculturales.</p> <p>Análisis y reflexión sobre las distintas lógicas deportivas.</p> <p>Ampliación de la experiencia a otros deportes náuticos.</p>

<p>Gimnasia CE1, CE2, CE3, CE4</p>	<p>Identificación de su esquema corporal y nociones posturales: eje corporal, planos y ejes de movimientos, centro de gravedad, base de sustentación y sinergias musculares.</p> <p>Realización de posiciones invertidas en diferentes ejes espaciales.</p> <p>Acrobacias en suelo y aéreas.</p> <p>Análisis y reflexión del tono muscular:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tensión -relajación.</li> <li>• Técnicas para trabajar fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</li> <li>• Coordinación.</li> <li>• Técnicas de respiración.</li> </ul> <p>Concientización del autocuidado y cuidado del otro en la práctica.</p> <p>Realización de posiciones invertidas y acrobáticas concientizando el cuidado propio y del otro a través de ayudas.</p>	<p>Apropiación de buenas prácticas y nociones posturales.</p> <p>Creación de series uniendo desplazamientos, saltos, giros en distintos ejes, equilibrios, inversiones con distintos apoyos.</p> <p>Realización de acrobacias en suelo y aéreas</p> <p>Comprensión del tono muscular en la relación tensión-relajación:</p> <p>Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</p>
<p>Prácticas expresivas CE1, CE2, CE3</p>	<p>Representación consciente de la expresión corporal de emociones, estados de ánimo, sentimientos e ideas en perspectiva de inclusión.</p> <p>Concientización sobre el lenguaje y comunicación corporal como construcción de su identidad.</p> <p>Reconocimiento de ritmos corporales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• desde el movimiento a la emoción;</li> <li>• desde la emoción al movimiento.</li> </ul>	<p>Representación consciente corporal y postural en relación con la expresión motriz, emocional y cognitiva en perspectiva de inclusión.</p> <p>Reflexión sobre la comunicación y el diálogo corporal en la construcción de la identidad con sus pares y en el contexto social y cultural.</p> <p>Interpretación de ritmos corporales a partir de la dialéctica del movimiento y la emoción.</p> <p>Interpretación de danzas tradicionales, folclore y ritmos inmigrantes, como formas culturales que se transmiten de generación en generación ligadas a la historia, cultura y sociedad.</p>

## Criterios de logro para la evaluación del grado

Competencias específicas	Grado 7.º	Grado 8.º
<p>Conciencia Corporal. CE1, CE2</p>	<p>Analiza y explica el aparato locomotor como uno de los componentes de la conciencia corporal en una práctica motriz emocional y reflexiva.</p> <p>Identifica las distintas nomenclaturas, nociones topológicas (planos y ejes) y funcionalidad corporal: capacidades motoras coordinativas y condicionantes desde la corporeidad.</p> <p>Percibe su corporeidad asociada a la actitud postural, relajación, respiración, tonicidad, equilibrio, así como también al contacto y experiencia afectiva corporal.</p> <p>Reflexiona con intervención de un adulto las implicancias de la participación en redes sociales y el cuidado de la privacidad de imágenes corporales propias y del otro.</p> <p>Reconoce su corporeidad en el medio acuático.</p>	<p>Percibe el aparato locomotor como uno de los componentes de la conciencia corporal en una práctica motriz emocional y reflexiva en relación con la gimnasia, deporte, el juego y recreación y expresiones del movimiento motriz.</p> <p>Identifica y analiza las distintas nomenclaturas y topologías, así como la funcionalidad de las distintas capacidades coordinativas y condicionantes desde la corporeidad tomando decisiones motrices asertivas.</p> <p>Concientiza su corporeidad para la construcción de su imagen y esquema corporal con sus pares y en el entorno, en su medio y otras alternativas.</p> <p>Comprende las diferencias de la exposición del mundo privado y público de la imagen corporal.</p>

<p>Juego y recreación CE1, CE2, CE3</p>	<p>Identifica distintos juegos motores y modos de jugar como dimensiones del fenómeno lúdico.</p> <p>Identifica en el juego:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lugar ficticio de tiempo y espacio;</li> <li>• distintos roles y toma de decisiones.</li> </ul> <p>Crea y recrea juegos con intervención de docentes.</p> <p>Experimenta y disfruta el medio natural:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• juegos de orientación.</li> <li>• reconoce y contempla el entorno.</li> <li>• juegos nocturnos.</li> <li>• realiza campamentos.</li> </ul> <p>Participa en juegos acuáticos reconociendo la importancia del autocuidado y el cuidado del otro.</p>	<p>Identifica distintos juegos motores.</p> <p>Incorpora el jugar como acción.</p> <p>Participa en clave de inclusión educativa.</p> <p>Indaga en su propia imagen corporal en el jugar con sus pares.</p> <p>Crea juegos y propuestas sin intervención de docentes.</p> <p>Genera propuestas en el medio natural:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• juegos de orientación.</li> <li>• deportes en espacios naturales.</li> <li>• reconoce y contempla otros espacios.</li> </ul> <p>Realiza propuestas de campamento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• organización.</li> <li>• planificación.</li> <li>• evaluación.</li> <li>• seguridad.</li> </ul> <p>Incorpora juegos acuáticos en colaboración y oposición.</p>
<p>Deporte. CE1, CE2, CE4</p>	<p>Incorpora deportes individuales y colectivos con identidad local, del acervo territorial e identidad local.</p> <p>Identifica las lógicas de funcionamiento de distintos deportes.</p> <p>Conoce técnicas elementales e intenciones tácticas de distintos deportes y aspectos reglamentarios.</p> <p>Vincula temas deportivos y salud, aspectos socio culturales y tecnológicos.</p> <p>Realiza deportes acuáticos con identidad local.</p>	<p>Amplía los deportes individuales y colectivos generando nuevos conocimientos.</p> <p>Comprende las lógicas de funcionamiento de distintos deportes (según relación con oposición).</p> <p>Se apropia de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• técnicas propias e intenciones tácticas de distintos deportes.</li> <li>• aspectos reglamentarios.</li> </ul> <p>Analiza el deporte y sus vínculos con la salud, tecnología y aspectos socioculturales.</p> <p>Analiza y reflexiona sobre las distintas lógicas deportivas.</p> <p>Amplía la experiencia a otros deportes náuticos.</p>

<p>Gimnasia CE1, CE2, CE3, CE4</p>	<p>Identifica su esquema corporal y nociones posturales: eje corporal, planos y ejes de movimientos, centro de gravedad, base de sustentación y sinergias musculares.</p> <p>Realiza posiciones invertidas en diferentes ejes espaciales.</p> <p>Realiza acrobacias en suelo y aéreas.</p> <p>Analiza y reflexiona sobre el tono muscular: tensión-relajación.</p> <p>Técnicas para trabajar fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• coordinación</li> <li>• técnicas de respiración.</li> </ul> <p>Concientiza el autocuidado y cuidado del otro en la práctica.</p> <p>Realiza posiciones invertidas y acrobáticas concientizando el cuidado propio y del otro a través de ayudas.</p>	<p>Se apropia de buenas prácticas posturales y nociones posturales.</p> <p>Crea secuencias y series uniendo desplazamientos, saltos, giros en distintos ejes, equilibrios, inversiones con distintos apoyos.</p> <p>Realiza acrobacias en suelo y aéreas</p> <p>Comprende el tono muscular en la relación tensión-relajación:</p> <p>Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.</p>
<p>Prácticas expresivas. CE1, CE2, CE3</p>	<p>Expresión corporal: representa corporalmente emociones, estados de ánimo, sentimientos e ideas en perspectiva de inclusión.</p> <p>Concientiza el lenguaje y comunicación gestual y corporal como construcción de su identidad.</p> <p>Reconoce ritmos corporales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• desde el movimiento a la emoción;</li> <li>• desde la emoción al movimiento.</li> </ul>	<p>Concientiza corporal y posturalmente la expresión motriz, emocional y cognitiva en perspectiva de inclusión.</p> <p>Interpreta ritmos corporales a partir de la dialéctica del movimiento y la emoción.</p> <p>Interpreta las danzas tradicionales, folclore y ritmos inmigrantes, como formas culturales que se transmiten de generación en generación ligadas a la historia, cultura y sociedad.</p>

## Bibliografía sugerida para este tramo

- Aisenstein, A. (2009). La enseñanza escolar de la Educación Física y el deporte. Desarmando matrices. En L. Martínez Álvarez y R. Gómez. *La educación física y el deporte en la edad escolar: el giro reflexivo en la enseñanza*. Miño y Dávila.
- Bracht, V. y Caparroz, F. (2009). El deporte como contenido de la Educación Física escolar: la perspectiva crítica de la Educación Física Brasileña. En L. Martínez Álvarez y R. Gómez. *La educación física y el deporte en la edad escolar: el giro reflexivo en la enseñanza*. Miño y Dávila.
- EUROsociAL - ANEP - Grupo Social ONCE. (2020). *Material de consulta sobre educación inclusiva: apoyo a docentes para asegurar la inclusión y la equidad*.
- Gómez, R. y Minkévich, Ó. (2009). El campo de problemas de la Educación física: intento de demarcación disciplinar. En L. Martínez Álvarez y R. Gómez. *La educación física y el deporte en la edad escolar: el giro reflexivo en la enseñanza*. Miño y Dávila.
- Sarni, M., Corbo, J. y Noble, J. (2021). Constelaciones de la evaluación en programas de ISEF-Udelar. *Intercambios. Dilemas y transiciones de la Educación Superior*, 8(2).
- Sérgio, M. (1989). *Educação Física ou Ciência da Motricidade Humana?* Papirus.

## Referencias bibliográficas

- Administración Nacional de Educación Pública. (2022a). *Marco Curricular Nacional*. ANEP
- Administración Nacional de Educación Pública. (2022b). *Progresiones de aprendizaje: Transformación curricular integral*.
- Anijovich, R. y Cappelletti, G. (2017). *La evaluación como oportunidad*. Paidós.
- Anijovich, R. y González, C. (2017). *Evaluar para aprender. Conceptos e instrumentos*. Aique.
- Cagigal, J. M. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*. Kapelusz.
- Callois, R. (1986). *Los juegos y los hombres, la máscara y el vértigo*. Fondo de Cultura Económica.
- Coll, C. (2010). Enseñar y aprender en el siglo XXI: el sentido de los aprendizajes escolares En A. Marchesi, C. Tedesco y C. Coll. (coords.). *Calidad, equidad y reformas en la enseñanza*. OEI serie Metas educativas 2021.
- Coll, C. y Onrubia, J. (2002). Evaluar en una escuela para todos. *Cuadernos de Pedagogía*, 318, 50-54.
- Díaz Barriga, A. (2011). Competencias en educación. Corrientes de pensamiento e implicaciones para el currículo y el trabajo en el aula. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 2(5), 3-24.
- González, F. y Bracht, V. (2012). *Metodología do ensino dos esportes coletivos*. UFES.
- González, F. y Fraga, A. (2012). *Afazeres da Educação Física na escola: planejar, ensinar, partilhar*. Edelbra.
- González, F., Darido, S. y Bássoli, A. (2014). *Práticas corporais e a organização do conhecimento*. Maringa
- Huizinga, J. (1972). *Homo ludens*. Alianza - Emecé.
- Instituto Tecnológico de Sonora. (2007). *Coordinación de Desarrollo Académico Área de Innovación Curricular*. Elaborado por R. L. Rodríguez Cruz y revisado por M. M. García Bojórquez.
- Litwin, E. (1998). La evaluación: campo de controversias y paradojas o un nuevo lugar para la buena enseñanza. En A. Camilloni y otros. *La evaluación de los aprendizajes en el debate didáctico contemporáneo* (pp. 16-32). Paidós.
- Moreno, I. (2006). *Recreación: proyectos, programas, actividades*. Lumen.
- Pavía, V. (2010). *Formas del juego y modos de jugar*. Editorial de la Universidad Nacional de Comahue.

- 
- Perrenoud, P. (2004). *Diez nuevas competencias para enseñar*. Graó.
- Pimienta, J. (2012). *Las competencias en la docencia universitaria. Preguntas frecuentes*. Pearson Educación.
- Ramírez, J. y Santander, U. (2003). *Instrumentos de Evaluación a través de competencias*. Chile.
- Ruiz Pérez. (1995). *La competencia matriz*. Gymnos.
- Sales, M. T., Sarni, M. y Rodríguez-Cattaneo, L. (2014). *¿Es la evaluación lo que parece? Entre el fondo y las formas*. Trecho.
- Santos Guerra. (2003). Dime cómo evalúas y te diré qué tipo de profesional y persona eres. *Revista Enfoques Educativos*, 5(1).
- Soares, C. L. (2006). Las corrientes gimnásticas europeas y su contenido: una historia de rupturas y permanencias. En R. Rozengardt (coord.). *Apuntes de historia para profesores de educación física* (pp. 223-242). Miño y Dávila.
- Tardif, J. (2008). *Desarrollo de un programa por competencias: De la intención a su implementación*. [Texto adaptado del artículo de Jacques Tardif, Développer un programme par compétences: de l'intention à la mise en oeuvre, *Pédagogie collégiale*, 16(3), 2003, 36-45. Trad. O. Corvalán. Revisión técnica A. Bolívar. UNAM].
- Tobón, Rial, Carretero y García. (2007). El enfoque complejo de las competencias y el diseño curricular. *Acción pedagógica* (16), 14-28.
- Velázquez Buendía, R. (2004). Enseñanza deportiva escolar y educación. En *Didáctica de la Educación Física. Una perspectiva crítica y transversal* (pp. 171 -196).
- Waichman, P. (2004). *Tiempo libre y educación: un desafío pedagógico*. PW.

El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres es de importancia para el equipo coordinador del diseño de este material. En tal sentido, y con el fin de evitar la sobrecarga gráfica que supondría utilizar en español el recurso o/a para marcar la referencia a ambos sexos, se ha optado por emplear el masculino genérico, especificando que todas las menciones en este texto representan siempre a hombres y mujeres (Resolución n.º 3628/021, Acta n.º 43, Exp. 2022-25-1-000353 del 8 de diciembre de 2021).

## Anexos

### Anexo 1. Relación entre competencias generales, específicas y contenidos desde el campo de Educación Física en clave ANEP

Contenido	Competencia específica	Aportes desde la Educación Física a las competencias generales del mcn
<p>Conciencia Corporal</p>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ:</b> Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p><b>COMPETENCIA CORPOREIDAD Y ENTORNO:</b> Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas), capacidades condicionales y coordinativas, generando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno.</p>	<p><b>Comunicación:</b> Logra una comunicación gestual corporal, emocional y lingüística para sí mismo e interactuar con los demás.</p> <p><b>Pensamiento creativo:</b> Genera curiosidad para despertar el interés desde la conciencia corporal para propiciar diferentes posibilidades expresivas y culturales en la búsqueda de caminos y trayectos propios para la resolución de situaciones o problemas diversos.</p> <p><b>Pensamiento crítico:</b> Logra indagar por medio de una situación problema (teórico -práctico) del área de Educación Física para generar toma de decisiones autónomas.</p> <p><b>Metacognitiva:</b> Construye conciencia de corporeidad para identificar capacidades y estrategias de construcción de aprendizajes corporales.</p> <p><b>Intrapersonal:</b> Genera y desarrolla inteligencia corporal para el conocimiento de su imagen y esquema corporal promoviendo el bienestar personal buscando sostener y proteger un proyecto de vida.</p> <p><b>Iniciativa y orientación a la acción:</b> Genera desde la corporeidad el sentido de iniciativa, criterios propios de las elecciones e identificación de situaciones problemas, posibles soluciones y acciones concretas.</p> <p><b>Relación con los otros:</b> Potencia y profundiza la construcción de vínculos interpersonales, propios del campo de la Educación Física en la comunidad educativa, comprendiendo la importancia de los aportes individuales en pos de objetivos comunes.</p>

<p>Juego y recreación</p>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ:</b> Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p><b>COMPETENCIA CORPOREIDAD Y ENTORNO:</b> Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas), capacidades condicionales y coordinativas, generando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno. Competencia motriz expresiva; Explora, analiza y desarrolla desde la práctica, una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas.</p>	<p><b>Comunicación:</b> Logra una comunicación gestual corporal, emocional y lingüística para sí mismo e interactuar con los demás.</p> <p><b>Pensamiento creativo:</b> Genera curiosidad para despertar el interés desde la conciencia corporal para propiciar diferentes posibilidades expresivas y culturales en la búsqueda de caminos y trayectos propios para la resolución de situaciones o problemas diversos.</p> <p><b>Pensamiento crítico:</b> Logra indagar por medio de una situación problema (teórico -práctico) del área de Educación Física para generar toma de decisiones autónomas.</p> <p><b>Metacognitiva:</b> Construye conciencia de corporeidad para identificar capacidades y estrategias de construcción de aprendizajes corporales.</p> <p><b>Intrapersonal:</b> Genera y desarrolla inteligencia corporal para el conocimiento de su imagen y esquema corporal promoviendo el bienestar personal buscando sostener y proteger un proyecto de vida.</p> <p><b>Iniciativa y orientación a la acción:</b> Genera desde la corporeidad el sentido de iniciativa, criterios propios de las elecciones e identificación de situaciones problemas, posibles soluciones y acciones concretas.</p> <p><b>Relación con los otros:</b> Potencia y profundiza la construcción de vínculos interpersonales, propios del campo de la Educación Física en la comunidad educativa, comprendiendo la importancia de los aportes individuales en pos de objetivos comunes.</p>
---------------------------	--	---

<p>Deporte</p>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ:</b> Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos (Ruiz, 1995), en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p><b>COMPETENCIA CORPOREIDAD Y ENTORNO:</b> Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas), capacidades condicionales y coordinativas, generando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno.</p> <p><b>COMPETENCIA MOTRIZ EXPRESIVA:</b> Explora, analiza y desarrolla desde la práctica, una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas.</p> <p><b>COMPETENCIA CUERPO y PENSAMIENTO CIENTÍFICO:</b> Construye conocimiento científico que permite desarrollar, interpelar, argumentar e investigar sobre saberes propios de la Educación Física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área que contribuyen a la toma de decisiones reflexivas.</p>	<p><b>Comunicación:</b> Logra una comunicación gestual corporal, emocional y lingüística para sí mismo e interactuar con los demás.</p> <p><b>Pensamiento creativo:</b> Genera curiosidad para despertar el interés desde la conciencia corporal para propiciar diferentes posibilidades expresivas y culturales en la búsqueda de caminos y trayectos propios para la resolución de situaciones o problemas diversos.</p> <p><b>Pensamiento crítico:</b> Logra indagar por medio de una situación problema (teórico -práctico) del área de Educación Física para generar toma de decisiones autónomas.</p> <p><b>Pensamiento científico:</b> Explora, indaga, identifica situaciones de su entorno que se puedan formular como problemas científicos y/o técnicos en el ámbito de la Educación Física en el espacio educativo.</p> <p><b>Metacognitiva:</b> Construye conciencia de corporeidad para identificar capacidades y estrategias de construcción de aprendizajes corporales.</p> <p><b>Intrapersonal:</b> Genera y desarrolla inteligencia corporal para el conocimiento de su imagen y esquema corporal promoviendo el bienestar personal buscando sostener y proteger un proyecto de vida.</p> <p><b>Iniciativa y orientación a la acción:</b> Genera desde la corporeidad el sentido de iniciativa, criterios propios de las elecciones e identificación de situaciones problemas, posibles soluciones y acciones concretas.</p> <p><b>Relación con los otros:</b> Potencia y profundiza la construcción de vínculos interpersonales, propios del campo de la Educación Física en la comunidad educativa, comprendiendo la importancia de los aportes individuales en pos de objetivos comunes.</p> <p><b>Ciudadanía local, global y digital:</b> Expresa intereses y demandas con sus pares desde su realidad, comprendiendo diferentes entornos. Incorpora y valora críticamente la información y utilización de la tecnología aplicada a la Educación Física.</p>
----------------	--	--

<p>Gimnasia</p>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ:</b> Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos, en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p><b>COMPETENCIA CORPOREIDAD y ENTORNO:</b> Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas - motrices, capacidades físicas y coordinativas, aplicando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno.</p> <p><b>COMPETENCIA MOTRIZ EXPRESIVA</b> Explora, analiza y desarrolla desde la práctica, una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas.</p> <p><b>COMPETENCIA CUERPO y PENSAMIENTO CIENTÍFICO:</b> Construye conocimiento científico que permite desarrollar, interpelar, argumentar e investigar sobre saberes propios de la Educación Física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área que contribuyen a la toma de decisiones reflexivas</p>	<p><b>Comunicación:</b> Logra una comunicación gestual corporal, emocional y lingüística para sí mismo e interactuar con los demás.</p> <p><b>Pensamiento creativo:</b> Genera curiosidad para despertar el interés desde la conciencia corporal para propiciar diferentes posibilidades expresivas y culturales en la búsqueda de caminos y trayectos propios para la resolución de situaciones o problemas diversos.</p> <p><b>Pensamiento crítico:</b> Logra indagar por medio de una situación problema (teórico -práctico) del área de Educación Física para generar toma de decisiones autónomas.</p> <p><b>Pensamiento científico:</b> Explora, indaga, identifica situaciones de su entorno que se puedan formular como problemas científicos y/o técnicos en el ámbito de la Educación Física en el espacio educativo.</p> <p><b>Metacognitiva:</b> Construye conciencia de corporeidad para identificar capacidades y estrategias de construcción de aprendizajes corporales.</p> <p><b>Intrapersonal:</b> Genera y desarrolla inteligencia corporal para el conocimiento de su imagen y esquema corporal promoviendo el bienestar personal buscando sostener y proteger un proyecto de vida.</p> <p><b>Iniciativa y orientación a la acción:</b> Genera desde la corporeidad el sentido de iniciativa, criterios propios de las elecciones e identificación de situaciones problemas, posibles soluciones y acciones concretas.</p> <p><b>Relación con los otros:</b> Potencia y profundiza la construcción de vínculos interpersonales, propios del campo de la Educación Física en la comunidad educativa, comprendiendo la importancia de los aportes individuales en pos de objetivos comunes.</p> <p><b>Ciudadanía local, global y digital:</b> Expresa intereses y demandas con sus pares desde su realidad, comprendiendo diferentes entornos. Incorpora y valora críticamente la información y utilización de la tecnología aplicada a la Educación Física.</p>
-----------------	---	--

<p>Prácticas expresivas</p>	<p><b>COMPETENCIA MOTRIZ EXPRESIVA:</b> Explora, analiza y desarrolla desde la práctica, una corporeidad para comunicar, expresar, crear y generar de sí y con los otros la interpelación y toma de decisiones asertivas.</p> <p><b>COMPETENCIA MOTRIZ:</b> Realiza una práctica motriz reflexiva, emocional y observable del cuerpo humano que promueve un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos, en relación con el deporte, el juego y recreación, gimnasia y expresiones del movimiento motriz.</p> <p><b>COMPETENCIA CORPOREIDAD y ENTORNO:</b> Reconoce y desarrolla su esquema corporal, nociones perceptivas - motrices, capacidades físicas y coordinativas, aplicando procesos de internalización, decisión y ejecución con noción espaciotemporal para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno.</p>	<p><b>Comunicación:</b> Logra una comunicación gestual corporal, emocional y lingüística para sí mismo e interactuar con los demás.</p> <p><b>Pensamiento creativo:</b> Genera curiosidad para despertar el interés desde la conciencia corporal para propiciar diferentes posibilidades expresivas y culturales en la búsqueda de caminos y trayectos propios para la resolución de situaciones o problemas diversos.</p> <p><b>Pensamiento crítico:</b> Logra indagar por medio de una situación problema (teórico -práctico) del área de Educación Física para generar toma de decisiones autónomas.</p> <p><b>Metacognitiva:</b> Construye conciencia de corporeidad para identificar capacidades y estrategias de construcción de aprendizajes corporales.</p> <p><b>Intrapersonal:</b> Genera y desarrolla inteligencia corporal para el conocimiento de su imagen y esquema corporal promoviendo el bienestar personal buscando sostener y proteger un proyecto de vida.</p> <p><b>Iniciativa y orientación a la acción:</b> Genera desde la corporeidad el sentido de iniciativa, criterios propios de las elecciones e identificación de situaciones problemas, posibles soluciones y acciones concretas.</p> <p><b>Relación con los otros:</b> Potencia y profundiza la construcción de vínculos interpersonales, propios del campo de la Educación Física en la comunidad educativa, comprendiendo la importancia de los aportes individuales en pos de objetivos comunes.</p>
-----------------------------	---	---

## Anexo 2. Orientaciones metodológicas

Metodología estrategia	Concepto	¿Cómo se realiza?	Competencia que permite desarrollar
Aprendizaje basado en proyectos.	Plantea la inmersión del estudiante en una situación o problemática real, la cual requiere solución y comprobación desde diversas áreas de conocimiento. Surge del interés de los alumnos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Presentar la situación o el problema. A partir de las inquietudes de los estudiantes y suelen ser interesantes también los propuestos por el docente.</li> <li>b) Describir el propósito del proyecto.</li> <li>c) Comunicar los criterios de desempeño esperados por los estudiantes.</li> <li>d) Establecer reglas e instrucciones para desarrollar el proyecto.</li> <li>e) Plantear las características del método científico para su ejecución.</li> <li>f) Ejecutar el proyecto: Análisis del problema y búsqueda de información en fuentes primarias y secundarias.</li> <li>g) Solucionar el problema o la situación.</li> <li>h) Propuesta de trabajo: Se realiza la presentación de la propuesta bajo los criterios especificados previamente.</li> <li>i) Informe: Elaboración de un informe de los pasos seguidos en el proyecto y conclusiones.</li> </ul>	<p>Posibilita el trabajo con los diversos aspectos de las competencias en sus tres dimensiones de saber y articulando la teoría con la práctica.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Favorecer prácticas innovadoras.</li> <li>• Solucionar problemas.</li> <li>• Transferencia de conocimientos, habilidades y capacidades a diversas áreas de conocimiento.</li> <li>• Incorporar el método científico.</li> <li>• Favorecer la metacognición.</li> <li>• El aprendizaje cooperativo.</li> <li>• Administración del tiempo y los recursos.</li> <li>• El liderazgo positivo.</li> <li>• Responsabilidad y compromiso personal.</li> <li>• Desarrollar la autonomía.</li> <li>• Permitir una comprensión de los problemas sociales y sus múltiples causas.</li> <li>• Permitir un acercamiento a la realidad de la comunidad, el país y el mundo.</li> <li>• Aprendizaje de gestión de un proyecto.</li> <li>• Desarrollar la autonomía y la capacidad de hacer elecciones y negociarlas.</li> </ul>

<p>Aprendizaje basado en problemas</p>	<p>Se investiga, interpreta y argumenta y, además, se propone la solución a uno o varios problemas, creando un escenario. El alumno desempeña un papel activo mientras el docente es un mediador que guía al estudiante para solucionar un problema, facilitan la conexión entre la teoría y la práctica.</p>	<p>Trabajo previo a la sesión con los estudiantes:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Formar equipos de trabajo de entre tres y siete alumnos en caso de que el problema así lo requiera.</li> <li>Se asignan roles a los miembros del equipo.</li> <li>Elaborar reglas de trabajo con los estudiantes.</li> <li>Analizar el contexto junto con los estudiantes. Se puede partir de un texto o un caso.</li> <li>Los alumnos identificarán el problema.</li> <li>Establecerán hipótesis.</li> <li>Establecerán alternativas.</li> <li>Seleccionarán la mejor alternativa.</li> <li>Durante el proceso, el docente supervisará y asesorará el trabajo de los estudiantes.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Permite analizar con profundidad un problema.</li> <li>Desarrollar la capacidad de búsqueda de información, así como su análisis e interpretación.</li> <li>Favorecer la generación de hipótesis, someterlas a prueba y valorar los resultados.</li> <li>Permite vincular el mundo académico.</li> <li>Favorecer el aprendizaje cooperativo.</li> <li>Desarrollar la habilidad de toma de decisiones.</li> </ul>
<p>Estudios de caso</p>	<p>Describe un suceso real o simulado complejo que permite incorporar conocimientos y habilidades para resolver un problema. Es una estrategia propicia para desarrollar competencias, pues el estudiante pone en marcha contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales en un contexto y una situación dados.</p>	<p>Cinco fases para una correcta aplicación del estudio de caso (Flechsig y Schiefelbein, 2003):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Fase de preparación del caso.</li> <li>Fase de recepción o de análisis del caso por parte de los alumnos.</li> <li>Fase de interacción con el grupo de trabajo de manera individual o en pequeños grupos</li> <li>Fase de evaluación, Se presentan los resultados obtenidos, se discute acerca de la solución y se llega a una conclusión.</li> <li>Fase de confrontación con la resolución tomada en una situación real.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollar habilidades del pensamiento crítico.</li> <li>Desarrollar una competencia comunicativa donde predomine el saber argumentar y contrastar.</li> <li>Promover el aprendizaje colaborativo y la escucha respetuosa.</li> <li>Solucionar problemas e integrar conocimientos de diversas áreas.</li> </ul>

<p>Aprendizaje <i>in situ</i></p>	<p>Promueve el aprendizaje en el mismo entorno en el cual se pretende aplicar la competencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Seleccionar el entorno.</li> <li>b) Preparar a los alumnos para enfrentarse al entorno.</li> <li>c) Supervisar el desempeño y la adaptación al entorno por parte del estudiante.</li> <li>d) Seguimiento a las actividades exigidas al alumno en el entorno acorde con unas competencias determinadas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permite formar competencias en los mismos entornos en los cuales se aplican, analizando con profundidad un problema.</li> <li>• Desarrollar la capacidad de búsqueda de información, así como su análisis e interpretación.</li> <li>• Favorecer la generación de hipótesis, someterlas a prueba y valorar los resultados.</li> <li>• Permite vincular el mundo académico con el mundo real.</li> <li>• Favorecer el aprendizaje cooperativo.</li> <li>• Desarrollar la habilidad de toma de decisiones.</li> </ul>
<p>Aprendizaje colaborativo</p>	<p>Es aprender mediante equipo estructurados y con roles bien definidos orientados a resolver una tarea específica a través de la colaboración. Esto permite la construcción recíproca del aprendizaje.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Identificar una meta.</li> <li>b) Integrar los equipos.</li> <li>c) Definir roles.</li> <li>d) Realizar actividades.</li> <li>e) Buscar la complementariedad.</li> <li>f) Realizar una sesión plenaria para compartir los resultados alcanzados, así como la experiencia de trabajar en equipo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis profundo de un problema en su contexto.</li> <li>• Desarrollar habilidades sociales.</li> <li>• Permitir que los alumnos conozcan sus habilidades y aspectos a mejorar en el trabajo en equipo.</li> <li>• Identificar los líderes del grupo.</li> </ul>

Elaborado con base en Pimienta (2012)

### Anexo 3. Red conceptual de contenidos de Educación Física

