

90 años
1921 - 2011

**GOBIERNO
FEDERAL**

SEP



PROGRAMAS DE ESTUDIO 2011 GUÍA PARA EL MAESTRO

Educación Básica
Secundaria

Educación Física

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

Alonso Lujambio Irazábal

SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN BÁSICA

José Fernando González Sánchez

DIRECCIÓN GENERAL DE DESARROLLO CURRICULAR

Leopoldo Felipe Rodríguez Gutiérrez

DIRECCIÓN GENERAL DE FORMACIÓN CONTINUA DE MAESTROS EN SERVICIO

Leticia Gutiérrez Corona

DIRECCIÓN GENERAL DE MATERIALES EDUCATIVOS

María Edith Bernáldez Reyes

DIRECCIÓN GENERAL DE DESARROLLO DE LA GESTIÓN E INNOVACIÓN EDUCATIVA

Juan Martín Martínez Becerra

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN INDÍGENA

Rosalinda Morales Garza

**PROGRAMAS
DE ESTUDIO 2011
GUÍA PARA EL MAESTRO**

Educación Básica
Secundaria

Educación Física

Programas de estudio 2011. Guía para el Maestro. Educación Básica. Secundaria. Educación Física fue elaborado por personal académico de la Dirección General de Desarrollo Curricular (DGDC) y de la Dirección General de Formación Continua de Maestros en Servicio (DGFCMS), que pertenecen a la Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública.

La Secretaría de Educación Pública agradece la participación, en la elaboración de este documento, de las maestras y los maestros de educación secundaria, especial e indígena, los directivos, los coordinadores estatales de Asesoría y Seguimiento, los responsables de Educación Especial, los responsables de Educación Indígena, y el personal técnico y de apoyo de las entidades federativas, así como las aportaciones de académicos y especialistas de instituciones educativas nacionales y de otros países.

PROGRAMAS DE ESTUDIO 2011

COORDINACIÓN GENERAL DGDC

Leopoldo Felipe Rodríguez Gutiérrez

COORDINACIÓN ACADÉMICA

Noemí García García

RESPONSABLES DE CONTENIDOS

Rosalía Marisela Islas Vargas
y Juan Arturo Padilla Delgado

REVISIÓN TÉCNICO-PEDAGÓGICA

Enrique Morales Espinosa, Rosa María Nicolás Mora
y Natividad Rojas Velázquez

COORDINACIÓN EDITORIAL

Gisela L. Galicia

COORDINACIÓN DE DISEÑO

Marisol G. Martínez Fernández

CORRECCIÓN DE ESTILO

Rubén Fischer

DISEÑO DE INTERIORES

Marisol G. Martínez Fernández

FORMACIÓN

Víctor Castañeda y
Mauro Fco. Hernández Luna

GUÍA PARA EL MAESTRO

COORDINACIÓN GENERAL DGFCMS

Leticia Gutiérrez Corona

COORDINACIÓN ACADÉMICA

Jessica Baños Poo, Reyna Guadalupe Pardo Camarillo
y María del Pilar Salazar Razo

RESPONSABLES DE CONTENIDOS

Silvia Lourdes Conde Flores, Ivonne Klein Kreisler,
María de la Luz Torres Hernández
y Macario Molina Ramírez

COORDINACIÓN DE DISEÑO

Mario Enrique Valdes Castillo

CORRECCIÓN DE ESTILO

María del Consuelo Yerena Capistrán

DISEÑO DE FORROS E INTERIORES

Mario Enrique Valdes Castillo

FORMACIÓN

Mónica Zavala Medina y Jorge Isaac Guerrero Reyes

PRIMERA EDICIÓN ELECTRÓNICA, 2011

D. R. © Secretaría de Educación Pública, 2011, Argentina 28, Centro, C. P. 06020, Cuauhtémoc, México, D. F.

ISBN: 978-607-467-213-8

Hecho en México

MATERIAL GRATUITO/Prohibida su venta

ÍNDICE

Presentación	7
PROGRAMAS DE ESTUDIO 2011	
Introducción	11
Propósitos	13
Enfoque didáctico	15
Organización de los aprendizajes	31
Primer grado	35
Segundo grado	41
Tercer grado	47

GUÍA PARA EL MAESTRO

Introducción	55
I. Enfoque del campo de formación	73
II. La Educación Física en secundaria: nociones, capacidades y principios fundamentales	81
III. Desarrollo de Habilidades Digitales	99
IV. Orientaciones para la planificación, la didáctica y la evaluación	105
V. Orientaciones didácticas	123
Bibliografía	142

PRESENTACIÓN

La Secretaría de Educación Pública, en el marco de la Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB), pone en las manos de maestras y maestros los *Programas de estudio 2011. Guía para el Maestro. Educación Básica. Secundaria. Educación Física*.

Un pilar de la Articulación de la Educación Básica es la RIEB, que es congruente con las características, los fines y los propósitos de la educación y del Sistema Educativo Nacional establecidos en los artículos Primero, Segundo y Tercero de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en la Ley General de Educación. Esto se expresa en el Plan de estudios, los programas y las guías para los maestros de los niveles de preescolar, primaria y secundaria.*

La Articulación de la Educación Básica se centra en los procesos de aprendizaje de las alumnas y los alumnos, al atender sus necesidades específicas para que mejoren las competencias que permitan su desarrollo personal.

Los Programas de estudio 2011 contienen los propósitos, enfoques, Estándares Curriculares y aprendizajes esperados, manteniendo su pertinencia, gradualidad y coherencia de sus contenidos, así como el enfoque inclusivo y plural que favorece el conocimiento y

* En los programas de estudio 2011 y las guías para las educadoras, las maestras y los maestros de educación preescolar, primaria y secundaria, la Secretaría de Educación Pública emplea los términos: niño(s), adolescentes, jóvenes, alumno(s), educadora(s), maestro(s) y docente(s), aludiendo a ambos géneros, con la finalidad de facilitar la lectura. Sin embargo, este criterio editorial no demerita los compromisos que la SEP asume en cada una de las acciones y los planteamientos curriculares encaminados a consolidar la equidad de género.



aprecio de la diversidad cultural y lingüística de México; además, se centran en el desarrollo de competencias con el fin de que cada estudiante pueda desenvolverse en una sociedad que le demanda nuevos desempeños para relacionarse en un marco de pluralidad y democracia, y en un mundo global e interdependiente.

La Guía para maestras y maestros se constituye como un referente que permite apoyar su práctica en el aula, que motiva la esencia del ser docente por su creatividad y búsqueda de alternativas situadas en el aprendizaje de sus estudiantes.

La SEP tiene la certeza de que los *Programas de estudio 2011. Guía para el Maestro. Educación Básica. Secundaria. Educación Física* será de utilidad para orientar el trabajo en el aula de las maestras y los maestros de México, quienes a partir del trabajo colaborativo, el intercambio de experiencias docentes y el impacto en el logro educativo de sus alumnos enriquecerán este documento y permitirá realizar un autodiagnóstico que apoye y promueva las necesidades para la profesionalización docente.

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



A large, curved orange graphic element that starts from the top left corner and sweeps across the top of the page, curving downwards towards the right.

Programas de estudio 2011

Secundaria
Educación Física

INTRODUCCIÓN

La Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB) presenta áreas de oportunidad que es importante identificar y aprovechar, para dar sentido a los esfuerzos acumulados y encauzar positivamente el ánimo de cambio y de mejora continua con el que convergen en la educación las maestras y los maestros, las madres y los padres de familia, las y los estudiantes, y una comunidad académica y social realmente interesada en la Educación Básica.

Con el propósito de consolidar una ruta propia y pertinente para reformar la Educación Básica de nuestro país, durante la presente administración federal se ha desarrollado una política pública orientada a elevar la calidad educativa, que favorece la articulación en el diseño y desarrollo del currículo para la formación de los alumnos de preescolar, primaria y secundaria; coloca en el centro del acto educativo al alumno, el logro de los aprendizajes, los Estándares Curriculares establecidos por periodos escolares, y favorece el desarrollo de competencias que le permitirán alcanzar el perfil de egreso de la Educación Básica.

La RIEB culmina un ciclo de reformas curriculares en cada uno de los tres niveles que integran la Educación Básica, que se inició en 2004 con la Reforma de Educación Preescolar, continuó en 2006 con la de Educación Secundaria y en 2009 con la de Educación Primaria, y consolida este proceso aportando una propuesta formativa pertinente, significativa, congruente, orientada al desarrollo de competencias y centrada en el aprendizaje de las y los estudiantes.



La Reforma de la Educación Secundaria se sustenta en numerosas acciones, entre ellas: consultas con diversos actores, publicación de materiales, foros, encuentros, talleres, reuniones nacionales, y seguimiento a las escuelas; se inició en el ciclo escolar 2004-2005, con la etapa de prueba en aula en 127 escuelas secundarias, de las cuales se obtuvieron opiniones y sugerencias que permitieron fortalecer los programas.

La consolidación de la Reforma en Educación Secundaria ha planteado grandes desafíos a los docentes y al personal directivo. El avance en este proceso de cambio –y tomando en cuenta las opiniones y sugerencias del personal docente y directivo, derivadas de su experiencia al aplicar los programas de estudio 2006– requirió introducir modificaciones específicas para contar hoy día con un currículo actualizado, congruente, relevante, pertinente y articulado en relación con los niveles que le anteceden (preescolar y primaria), sin alterar sus postulados y características esenciales; en este sentido, al proceso se le da continuidad.

La acción de los docentes es un factor clave, porque son quienes generan ambientes propicios para el aprendizaje, plantean situaciones didácticas y buscan motivos diversos para despertar el interés de los alumnos e involucrarlos en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias.

La RIEB reconoce, como punto de partida, una proyección de lo que es el país hacia lo que queremos que sea, mediante el esfuerzo educativo, y asume que la Educación Básica sienta las bases de lo que los mexicanos buscamos entregar a nuestros hijos: no cualquier México, sino el mejor posible.

La Secretaría de Educación Pública valora la participación de docentes, directivos, asesores técnico-pedagógicos, madres y padres de familia, y toda la sociedad, en el desarrollo del proceso educativo, por lo que les invita a ponderar y respaldar los aportes de los Programas de estudio 2011 de Educación Secundaria en el desarrollo de las niñas, los niños y los adolescentes de nuestro país.



PROPÓSITOS

Propósitos del estudio de la Educación Física para la Educación Básica

Con el estudio de la Educación Física en la Educación Básica se pretende que los niños y los adolescentes:

- Desarrollen su motricidad y construyan su corporeidad mediante el reconocimiento de la conciencia de sí mismos, proyectando su disponibilidad corporal; se acepten, descubran, aprecien su cuerpo y se expresen de diversas formas utilizando el juego motor como medio.
- Propongan actividades que les permitan convivir en ambientes caracterizados por el buen trato, el respeto, el interés, la seguridad y la confianza, afianzando sus valores a partir de la motricidad.
- Participen en acciones de fomento a la salud en todo su trayecto por la Educación Básica, compartiendo y reconociendo su importancia como un elemento primordial de vida, a partir de prácticas básicas como la higiene personal, la actividad física, el descanso y una alimentación correcta.
- Reconozcan la diversidad y valoren la identidad nacional, de tal forma que los juegos tradicionales y autóctonos constituyan una parte para la comprensión de la interculturalidad.



Propósitos del estudio de la Educación Física para la educación secundaria

El estudio de la Educación Física en la educación secundaria pretende que los alumnos:

- Disfruten de la actividad física, la iniciación deportiva y el deporte escolar por medio de juegos motores que les permitan reencontrarse consigo mismos, tomar decisiones, elaborar respuestas motrices y cognitivas reconociendo sus posibilidades para enfrentar diversas situaciones y solucionar problemas.
- Diferencien los roles de participación, vinculando los procesos de pensamiento con la expresión, la actuación estratégica y la acción motriz.
- Identifiquen la importancia de la actividad física y el uso adecuado del tiempo libre como prácticas permanentes para un estilo de vida activo y saludable.
- Acepten su cuerpo y reconozcan su personalidad interactuando con sus compañeros en actividades en las que pongan en práctica los valores personales, sociales, morales y de competencia, como la amistad; la responsabilidad y la inclusión; el respeto; la tolerancia y la serenidad frente a la victoria o la derrota; la satisfacción por lo realizado personalmente, así como el gusto por el trabajo colectivo.
- Participen en contextos que favorezcan la promoción de valores, sin discriminaciones, y ajenos a la tendencia competitiva, que les permita una mejor convivencia y reconocer a los demás.



ENFOQUE DIDÁCTICO

Este programa se sustenta en la revisión de los planes y programas de estudio de Educación primaria, secundaria y de formación de docentes de Educación Física que en las dos últimas décadas se han implementado en el sistema educativo, en el análisis de las propuestas teóricas contemporáneas de la Educación Física y el de diversas experiencias latinoamericanas y europeas en la materia.

La Educación Física en la Educación Básica constituye una forma de intervención pedagógica que se extiende como práctica social y humanista; estimula las experiencias de los alumnos, sus acciones y conductas motrices expresadas mediante formas intencionadas de movimiento; es decir, favorece las experiencias motrices de los niños y adolescentes, sus gustos, aficiones, necesidades de movimiento e interacción con otros en los patios y áreas definidas en las escuelas del país, así como en las diferentes actividades de su vida cotidiana.

El enfoque didáctico de la Educación Física en la Educación Básica es el *Enfoque global de la motricidad*, en que el alumno asume un rol como protagonista de la sesión, al tiempo que explora y vivencia experiencias motrices con sus compañeros, asumiendo códigos compartidos de conducta y comunicación; es decir, comprender que la motricidad desempeña un papel fundamental en la exploración y el conocimiento de su corporeidad, de sus habilidades y destrezas motrices, ya que comparte y construye con sus compañeros un estilo propio de relación y desarrollo motor, por lo que se concibe un alumno crítico, reflexivo, analítico y propositivo, tanto en la escuela como en los diferentes ámbitos de actuación en los que se desenvuelve.



La motricidad es reconocida como la integración de actuaciones inteligentes, creadas y desarrolladas con base en las necesidades de movimiento, seguridad y descubrimiento, las cuales se manifiestan de manera particular en la sesión de Educación Física, y se expresan en las acciones de la vida cotidiana de cada alumno.

El docente debe ser un profesional reflexivo, capaz de atender las necesidades y motivaciones de los alumnos, además de propiciar que lo aprendido sea significativo y lo proyecten más allá de los patios de las escuelas, así como hacer del movimiento un estilo de vida saludable. La sesión debe ser un espacio de juego, diversión, aprendizaje y cooperación entre los participantes.

Esto implica organizar la enseñanza de la asignatura a partir de aprendizajes esperados y contenidos que permitan el desarrollo de competencias que hagan significativo lo aprendido mediante sus respuestas motrices y formas de convivencia basadas en el respeto, la equidad de género, la inclusión y, sobre todo, en la comprensión por parte del alumno de la diversidad y multiculturalidad en la que debe aprender a convivir.

La estructura curricular del programa se organiza en propósitos, ejes pedagógicos, ámbitos de intervención educativa y competencias, por medio de los cuales el docente orienta su práctica y le da sentido a la forma de implementar su actuación.

Ejes pedagógicos

Los ejes son nociones pedagógicas que sirven de sustento para dar sentido a la acción del docente durante la implementación del programa, y orientan el desarrollo de nuevas habilidades y concepciones entre conocimientos y aprendizajes; tienen como marco general el respeto al desarrollo corporal y motor de los niños; orientan los propósitos, las competencias, los aprendizajes esperados y los contenidos, y dan continuidad a lo desarrollado en primaria, de tal manera que la Educación Física en la educación secundaria establece los siguientes ejes pedagógicos.

El significado del cuerpo

Entender el significado del cuerpo implica concebirlo desde la perspectiva social y antropológica que se manifiesta a lo largo de la Educación Básica; primero, a partir del esquema corporal y de la imagen de su funcionamiento en movimiento; luego, en las más variadas manifestaciones de la expresión corporal y, finalmente, su comprensión y valoración multidimensional en el actuar del alumno en la vida cotidiana.



Significar el cuerpo en la Educación Física dimensiona la expresión corporal, brinda un sentido a sus quehaceres y los proyecta en múltiples ámbitos de actuación: en el juego, la convivencia, la comunicación, la iniciación deportiva y el deporte escolar. Desde esta perspectiva, el docente debe atender la relación que se establece entre la noción de uno y el vínculo entre los demás, lo que conlleva a respetar a la persona que vive su existencia por medio de su corporeidad (por ello, la relación con la competencia denominada integración de la corporeidad).

Las orientaciones presentadas a lo largo del programa llevan a entender el cuerpo como un medio de actuación y convivencia del hombre con los otros, porque es mediante éste y sus nociones individuales que se obtienen herramientas para mejorar las relaciones y, por lo tanto, los desempeños motores. En este sentido, el docente debe observar permanentemente las conductas y los significados que se manifiestan en la relación cuerpo-corporeidad y movimiento-motricidad de sus alumnos. Las emociones, el llanto, la risa, el lenguaje oral, la expresividad y las conductas lúdicas orientan de mejor manera este eje pedagógico en general. El disfrute del cuerpo y sus relaciones sociales (entre iguales) sólo será posible por la mediación que realice el docente en todos los bloques que componen el programa, diseñado para favorecer el desarrollo de competencias.

Las competencias, los aprendizajes esperados y los contenidos propuestos desde la lógica del significado del cuerpo deben entenderse desde la diversidad, la inclusión, el respeto y el aprecio por el otro, y las buenas relaciones que se dan en el juego motor, la iniciación deportiva y el deporte escolar. Por lo tanto, el docente debe atender a todos los alumnos, hacer que exploren y manifiesten sus actitudes, valores, habilidades y destrezas motrices en contextos pedagógicos y de convivencia.

El desempeño y la motricidad inteligentes

La motricidad se entiende como la integración de acciones inteligentes; es decir, pasar del movimiento eminentemente automático a uno razonado y definido por sus significados. La actividad cognitiva de los seres humanos permite establecer criterios, elaborar inferencias y decidir una u otra forma de actuar ante diversas situaciones en la vida cotidiana. El desempeño y la motricidad inteligentes son, entonces, la integración de diferentes facultades del ser humano; por ejemplo, al utilizar el lenguaje para llegar a acuerdos, la inteligencia verbal nos permite comunicarnos; con la inteligencia abstracta se crean símbolos y se opera en la vida cotidiana mediante ellos; la inteligencia emocional adapta las respuestas en función de las capacidades de percepción y síntesis de cada persona; la motricidad inteligente estimula y



desarrolla el dominio de habilidades y destrezas, además de que las pone a prueba en cada desempeño que se presenta.

Este eje pedagógico permite entender las competencias desarrolladas en los tres años de la educación secundaria, a partir del uso de estrategias fundamentadas en el juego motor, en la iniciación deportiva y en el deporte escolar, entre otras. Las acciones de manipulación de objetos, de locomoción y de movimientos con estabilidad son la base para construir desempeños complejos y ponerlos a prueba mediante actividades agonísticas entre iguales.

Los juegos, donde el alumno explora y experimenta posibles resultados, desencadenan acciones cada vez más complejas, hasta el punto de encuentro y demostración de capacidades entre unos y otros, por lo que es, entonces, un excelente medio didáctico para construir hábitos y, por lo tanto, competencias relacionadas con la motricidad inteligente, así como ser un gran motivador de conductas de integración, respeto y aprecio por los demás.

J. Huizinga (1972) dice: “la cultura surge en forma de juego, ya que la cultura al principio se juega”. Por ello, el docente debe comprender que este eje pedagógico orienta su actuar con estrategias didácticas amenas, de gran intensidad y movilidad, de retos y espacios de reflexión, de análisis para buscar tácticas en el juego que permitan comprenderlo mejor y actuar con inteligencia: anticipar, aprender a desplazarse en diferentes espacios, tiempos y formas; es decir, que debe proponerse un sinnúmero de actividades para que el alumno identifique que la acción de jugar es el resultado inherente a la acción de pensar.

La acción motriz con creatividad

Este eje pedagógico permite que el docente analice las características de sus alumnos y promueva, mediante múltiples tareas, la creatividad y el pensamiento estratégico en acciones de la vida cotidiana, el juego y todas las que se deriven del pensamiento divergente. Está directamente relacionado con las características subjetivas de la persona que actúa, se manifiesta por medio de conductas motrices relacionadas con el contexto, la emoción, relación, anticipación y decisión; asimismo, la conducta motriz dota de significado a la acción del sujeto.

Es necesario que el alumno aprenda a crear y producir cosas, acciones o conductas nuevas y valiosas; con ello, las posibilidades de solucionar problemas serán cada vez mayores, porque los retos a que los alumnos se enfrentan cada día en la escuela y en su entorno les demandan una manera de pensar y actuar cada vez más compleja y creativa. Así, se busca orientar al docente para que diseñe estrategias didácticas en que



la resolución de problemas sea la tónica a seguir. La acción creativa se manifiesta de diferentes formas: al hablar, moverse, jugar, relacionarse, buscar alternativas y comprender que siempre hay una manera distinta de hacer las cosas; con ello, se trata de favorecer el pensamiento divergente, en el que cada alumno vea diferentes planeamientos hechos o realizados por él y sus compañeros, aprenda a ser flexible en sus planteamientos y organizarlos desde múltiples opciones; que luego genere ideas novedosas y sea capaz de compartirlas con sus compañeros, y diseñe proyectos en el juego, en su vida y los lleve a cabo de manera divertida y saludable. Los estereotipos, lejos de brindar beneficios a la creatividad de los alumnos, la limitan al igual que al pensamiento y a la acción.

En este sentido se puede decir que el programa busca, en general, crear un alumno que organice mejor su tiempo libre y le otorgue un lugar privilegiado al hecho de vivir con creatividad. El pensamiento creador surge sólo en ambientes permisivos, por lo cual el docente debe proponer ambientes de aprendizaje que deben ser participativos, incluyentes, dotados de aprecio por las acciones de los otros compañeros y enmarcados por el respeto a sí mismo y a los demás.

Ámbitos de intervención educativa

En sus diferentes momentos históricos, la Educación Física ha utilizado diversos ámbitos de intervención; en la actualidad, el planteamiento curricular de la asignatura en la Educación Básica define los ámbitos como una forma de delimitar la actuación del docente y, al mismo tiempo, brindarle los elementos básicos requeridos para entender su quehacer, desde las condiciones reales de la escuela y del trabajo educativo, lo que implica:

- Identificar los alcances del trabajo de la asignatura en el contexto escolar.
- Sustentar pedagógicamente lo que circunscribe la actuación del docente.
- Dar sentido e intencionalidad a las actividades que se desarrollan en las sesiones.

En el programa se destacan tres ámbitos, que se determinaron en función de las características del nivel, y se definen enseguida.

Salud y vida sana

La salud de los adolescentes que asisten a la escuela secundaria es un aspecto de suma importancia, debido a los innumerables riesgos a los que se enfrentan coti-



dianamente como: los embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual (como el VIH-sida), la obesidad, la anorexia, la bulimia, la violencia y las adicciones, entre otros. La salud es un derecho universal de todo ser humano y, al concebirla desde una perspectiva amplia e integral, se considera que una persona sana es aquella que realiza una serie de acciones sobre sí misma, que le permitan lograr un estado de bienestar y el disfrute de una mejor calidad de vida.

Uno de los propósitos de la escuela y sus actores es: la formación de ciudadanos que participen de manera plena en los procesos de desarrollo de la sociedad donde se desenvuelven; por esta razón, la educación en general y la Educación Física en particular tiene como uno de sus propósitos primordiales: lograr la salud de los adolescentes; por lo cual, el docente debe participar en la formación de un adolescente que cuide de su salud, que aprende la relevancia que ésta tiene y la importancia de su conservación. Las tareas permanentes de la Educación Física son promover estilos de vida saludable; favorecer el crecimiento y desarrollo de los alumnos; subrayar el valor de la actividad física y la participación en actividades deportivas, además de colaborar en el fortalecimiento de la confianza y la autoestima.

La acción educativa debe incidir en la subjetividad (impactarla), que le permita comprender que su salud es una responsabilidad sobre sí mismo, llevando a cabo prácticas muy concretas que apuntan, en todo momento, a la obtención de una vida sana, que hagan de la calidad de vida una cuestión de principios.

El educador físico debe realizar una intervención puntual y permanente sobre la corporeidad de sus alumnos, de tal manera que los lleve a tomar conciencia de la importancia de aprender a cuidar su cuerpo, porque ello les permitirá enfrentar mejor los riesgos de salud alimentaria a los que actualmente se enfrentan en la sociedad. La sesión de Educación Física se convierte, entonces, en un espacio ideal para ejercitar, conocer, habituar, desarrollar, cuidar y aceptar el cuerpo.

Competencia motriz

La competencia motriz tiene un origen biológico, social y cognitivo-afectivo y su ejercicio favorece en los alumnos superar las distintas situaciones motrices a que se enfrentan, tanto en las sesiones de Educación Física como en la vida cotidiana; presupone y estructura los procedimientos que van de la intención a la acción; forma parte de las actividades que involucran al alumno para comprender y consolidar una habilidad, y desemboca en la capacidad de resolver tareas en distintas condiciones: espaciales (lugares donde se realizan los cometidos), temporales (las cuales implican velocidad, cadencias y ritmos), instrumentales (se relacionan con los implementos propios de la



actividad) y de su interacción con los demás (acciones individuales, en parejas, tríos, etcétera).

Por su parte, la competencia motriz expresa una actuación inteligente y cada movimiento persigue un fin determinado. Es importante resaltar que la sociedad incide y transforma las experiencias motrices originales, las enriquece, las apoya en su maduración, y las concreta en conductas y expresiones corporales; es decir, las educa.

De estas consideraciones se derivan dos premisas:

- La Educación Física implica la comprensión de los procesos corporales, cognitivos, afectivos y de interrelación. De éstos destaca la aceptación que de sí mismos logren los alumnos cuando efectúan distintos desempeños motrices; la apreciación justa de la confrontación (saber convivir, ganar y perder, aprender del triunfo y de la derrota), el respeto a las reglas y normas de diferentes prácticas corporales y juegos; el planteamiento y la solución de problemas motrices; por ejemplo: ¿cómo organizar un juego donde puedan participar todos? y ¿cómo conservar el equilibrio?, entre otros.
- Las habilidades motrices ocurren en un contexto. Las reglas, el móvil, tiempo y área de trabajo de la Educación Física y la iniciación deportiva siempre suponen el aprendizaje de actitudes y la vivencia de los valores que le dan sentido y significado a los desempeños.

Desde esta perspectiva cabe reconocer el carácter pedagógico de la Educación Física, la cual:

- a) Valora las cualidades y el potencial de niños y adolescentes.
- b) Favorece que los alumnos desarrollen una actitud abierta al descubrimiento y la exploración, la confianza en sí mismos, y el respeto a los demás y al entorno.
- c) Impulsa la adquisición y consolidación de competencias para:
 - Integrar la acción y el pensamiento para hacer de ambos un referente fundamental de la identidad personal y cultural.
 - Asumir actitudes éticas y valores propios de la actividad física, de la iniciación deportiva y del deporte escolar.
 - Realizar en forma permanente actividades físicas que preserven la salud.
 - Usar el tiempo libre en actividades recreativas.



Iniciación deportiva y deporte escolar

Es un ámbito de intervención sumamente importante, ya que la intención del acto educativo es que los adolescentes pongan en práctica sus habilidades y destrezas motoras, así como sus capacidades perceptivas, físicas y sociomotrices al participar en diversas actividades que los inicien en la práctica de algún deporte (basquetbol, volibol, fútbol, atletismo, natación, beisbol, gimnasia, etc.) o su combinación. La iniciación deportiva en este nivel es un espacio fundamental de la Educación Física, dado que es una actividad donde los alumnos pueden tener un alto nivel de participación, lo que les permite que vayan aprendiendo las reglas básicas de cada deporte, como son: las nociones básicas, las disposiciones espaciales, su participación individual y colectiva, y sus ejecuciones específicas. Por esta razón, la iniciación deportiva es un espacio de formación sin igual, ya que es un proceso que permite al adolescente introducirse en la práctica del deporte, pero sin las exigencias de éste; es significativo porque en él se puede estimular y desarrollar no sólo su sistema locomotor sino su personalidad al momento de su participación, y desde su relación con los otros (cuando es compañero, adversario u oponente).

La iniciación deportiva es el paso previo para la participación de los adolescentes en el deporte escolar, se ha denominado así para diferenciarlo del deporte espectáculo o el de alto rendimiento. El deporte escolar es parte importante de este ámbito de la Educación Física, el cual debe trabajarse con sensibilidad y responsabilidad por parte del educador físico, lo que le implica realizar una intervención oportuna para no excluir a nadie, propiciando que todos participen de acuerdo con sus capacidades y posibilidades. Un elemento central es que el alumno comprenda que su actuación es importante y que su colaboración, por mínima que sea, permite que su equipo o grupo pueda tener una participación decorosa o comprometida con la tarea. También debe implementar mecanismos que permitan establecer equilibrios, para que al momento de la competición (el equipo o el competidor) tenga las mismas posibilidades de triunfo; los adolescentes deben comprender que la competencia en el deporte es importante, pero que en su caso debe abordarse como un elemento que le permite realizar su mejor esfuerzo, otorgándole una satisfacción personal y de grupo; es decir, hacer y sentir el gusto por lo realizado.

Este es un enfoque humanista del deporte escolar, el cual señala que debe estar al servicio del educando y no el educando al servicio del deporte;¹ debe recuperar todo aquello que ayude en la formación de los adolescentes, como el respeto a las reglas a partir del juego limpio, su sentido de cooperación en los deportes de conjunto, la im-

¹ Es importante destacar esto, porque una práctica dominante ha sido considerar que el alumno debe estar al servicio del deporte y de sus lógicas, esto es: de los resultados, del rendimiento y de ganar a toda costa, aspecto que tiene poco de educativo; un ejemplo es lo que señaló Sigmund Freud: la competencia es capaz de pervertir toda relación humana.



portancia del esfuerzo personal, la formación del carácter, la disciplina que debe asumir para participar con decoro y reconocer los beneficios que la práctica cotidiana de una actividad deportiva le va a reeditar de manera significativa en su calidad de vida. Estos últimos son aspectos éticos y de bienestar físico-mental que no pueden soslayarse, sobre todo en la actualidad, donde el sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública en el país, y uno de los factores que la ocasionan es la vida sedentaria. El profesor de Educación Física debe promover en sus alumnos el gusto y hábito por la actividad física a partir de la iniciación deportiva y del deporte escolar para hacer de ella una competencia para la vida.

Competencias de la Educación Física para secundaria

Los desafíos educativos que imponen las sociedades modernas orientan la necesidad de educar y formar sujetos que sean capaces de resolver situaciones diversas ante los problemas que se presentan en cada contexto social; por lo cual, la Educación Básica busca favorecer el desarrollo de las competencias, a partir de saberes validados desde lo social, por medio de diversas actividades que propicien una mejor forma de vida y convivencia. De ahí que la constante producción y reproducción de conocimientos hace cada vez más necesario que los alumnos adquieran saberes para enfrentar los desafíos que se le presentan en su vida cotidiana.

Una competencia implica un saber hacer (habilidades) con saber (conocimiento), así como la valoración de las consecuencias de ese hacer (valores y actitudes). En otras palabras, la manifestación de una competencia revela la puesta en práctica de conocimientos, habilidades, actitudes y valores para el logro de propósitos en contextos y situaciones diversas, por esta razón se concibe a la competencia como la movilización de conocimientos.²

Por su naturaleza dinámica e inacabada, una competencia no se adquiere de manera definitiva, es necesario mantenerla en constante desarrollo mediante actividades que incidan en su progreso. Por lo tanto, se plantea que el docente diseñe secuencias de trabajo que retomen el “principio de incertidumbre”³ para permitir que

² SEP (2009), *Plan de estudios 2009. Educación Básica. Primaria*, México, p. 40.

³ Se entiende el *principio de incertidumbre* como el grado de imprevisión ligado a ciertos elementos de una situación, diferenciado a partir de dos aspectos: el medio físico y el comportamiento de los demás, donde el primero se ve afectado por los elementos del entorno y cuyas características son difíciles de prever (el terreno, el viento, la temperatura); el segundo está ligado a las acciones y reacciones de los practicantes que intentan realizar una tarea motriz que requiere de interacciones de cooperación y oposición. Pierre Parlebás (2001), *Léxico de praxiología motriz*, España, Paidotribo.



los alumnos propongan, distingan, expliquen, comparen y colaboren para la comprensión de sus acciones motrices que, desde luego, se desarrollarán paulatinamente durante la Educación Básica.

El desarrollo motor no tiene una cronología ni una línea de tiempo a la que todos los alumnos se deban ajustar, así que las competencias que la Educación Física promueve tienen un carácter abierto, lo cual implica la puesta en marcha de manera permanente de unas u otras competencias durante el trayecto formativo en los niveles básicos.

En su proceso de desarrollo el ser humano transita de una motricidad refleja (succión, prensión, etc.) que al ser estimulada se transformará en un conjunto de movimientos rudimentarios (levantarse, caminar y agarrar, entre otros) que con el tiempo (aproximadamente a los tres años) se convertirán en patrones básicos de movimiento o habilidades motrices.

Para ello, el movimiento tiene un papel significativo en el desarrollo de los niños: los pone en contacto con el mundo de las cosas (realidad objetiva) y con el de los sujetos (el otro). Para llevar a cabo esta relación, el niño pone en práctica un conjunto de acciones motrices que le permitan irse adaptando a la realidad que se le presenta diariamente. Esto es posible a partir de su desarrollo corporal y motriz; es decir, que las interacciones que se establecen con el mundo y el otro, le permiten crear nuevas funciones motrices y corporales.

La Educación Física plantea, entre sus prioridades, la construcción de acciones motrices encaminadas al logro de metas que se vinculan con el cuerpo y, por tanto, su corporeidad, el movimiento desde la perspectiva de su significación y todas aquellas conductas motrices que, en suma, permiten al niño acercarse de mejor manera al juego motriz, al encuentro con los demás y por consiguiente a la búsqueda de su competencia y autonomía motriz.

Las competencias en la asignatura suponen una dimensión progresiva del aprendizaje motor y del manejo de sus propósitos, aprendizajes esperados, contenidos y de los elementos que las integran, relacionadas en tres grupos para cada nivel educativo: desde la noción de su esquema corporal en preescolar hasta la integración de su corporeidad en secundaria; del manejo y de la construcción de los patrones básicos de movimiento hasta llegar al dominio y control de la motricidad para solucionar problemas, y desde el juego como proyección de vida hasta el planteamiento y la resolución de problemas. Con ello, la Educación Física encuentra un sentido pedagógico y de vinculación con el perfil de egreso de la Educación Básica.

Desde el ingreso del alumno a la educación preescolar hasta el término de la secundaria, el docente realiza una serie de intervenciones orientadas al logro de las competencias para la vida, a partir de competencias específicas de la asignatura (corporeidad, motricidad y creatividad). Enseñar partiendo del juego será una de las finalidades de las



competencias que empiezan a desarrollarse desde preescolar, hasta llegar al uso del pensamiento creativo y la acción razonada del uso de su tiempo libre en secundaria.

Por ello, el planteamiento curricular de los programas de estudio de Educación Física se orienta al desarrollo de competencias e implica promover y fortalecer conocimientos tanto declarativos como procedimentales, habilidades y destrezas, así como actitudes y valores, para formar un sentido de la confrontación lúdica, explorar y disfrutar el juego, y satisfacer los intereses personales. Las competencias que se favorecen en el nivel de secundaria en la asignatura son: Integración de la corporeidad, Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos, y Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE EDUCACIÓN FÍSICA

Integración de la corporeidad. El esquema corporal representa, de manera general, la idea que cada persona tiene de su propio cuerpo y sus sensaciones, ya sean externas (como el frío, el calor, las texturas, el control de las relaciones espaciales) o internas (el sueño, el hambre, el nerviosismo y las posiciones que adopta).

El cuerpo posee un límite, una frontera, que separa el medio interno del externo, lo cual permite que las personas se creen una imagen de sí mismas, de sus recursos y posibilidades, y es una construcción activa, determinada, en gran parte, por las condiciones socioculturales.

Los sentidos proporcionan, junto con la información vestibular, el control sobre el equilibrio del cuerpo y, en especial, sobre los movimientos de rotación de la cabeza. Además, la información cinestésica –relacionada con las capacidades perceptivas y físicomotrices– permite reconocer las presiones, intensidades, rotaciones, fricciones, movimiento e inmovilidad de cada parte del cuerpo y su relación entre todos estos elementos, lo cual constituye la base de la actividad motriz y se ajusta en todo momento.

Aunado a lo anterior se encuentran las capacidades sociomotrices, que se refieren a la interacción cooperativa con los compañeros, al antagonismo con los adversarios, a la ubicación –el espacio y la incertidumbre a resolver–, entre otras; estas capacidades son las responsables de generar las respuestas motrices, sean de anticipación o de preacción.

La integración de la corporeidad comprende la estima y la imagen, o toma de conciencia de sí mismo, que se fortalece con el conocimiento y la práctica de las diversas expresiones lúdicas. Contribuir a ella equivale a propiciar un encuentro individual con las posibilidades y límites personales mediante una práctica emotiva y vivida. La noción que de sí mismos tengan las personas y la manera en que conciben su corporeidad será diferente para cada uno, de acuerdo con las circunstancias y los dominios de acción que la Educación Física les proporcione. Esta noción, de hecho, está permanentemente en construcción debido al tipo y la calidad de las acciones en que se participa y que influyen en el tono muscular, en los apoyos de los que se “echa mano” y en los gestos que se efectúan.

Por todo lo anterior, la integración de la corporeidad considera que cualquier acción educativa debe estar dirigida a la consolidación del esquema corporal del alumno y a ponerlo en relación directa con el reconocimiento de sí mismo a partir de los componentes sociales y culturales, que condicionan la forma de construir, vivir y comprender el cuerpo.

Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos. Se relaciona con el sentimiento de confianza, de saberse y sentirse competente para actuar; sobre todo, implica comprender las propias acciones. Esto responde a muchas variables que intervienen en cada situación o juego: la incertidumbre derivada de las reacciones de los demás y del entorno; la iniciativa y la necesidad de confundir al adversario, y la improvisación (desempeños motrices sencillos). Los complejos suponen comprender el desarrollo y la secuencia de las actividades y cometidos; nunca son pasivos, por el contrario, requieren la reinterpretación constante: en un juego es necesario percibir, anticiparse y preactuar; es decir, saber cómo hacer las cosas, en qué momento y con quién participar.

La manifestación de los desempeños está sujeta a rasgos biomecánicos, energéticos y emocionales que actúan en relación con el tiempo; por ejemplo, el momento de la jugada, la cual constituye una secuencia de acciones con determinada duración y que sólo se repite cuando hay una nueva posesión del implemento o



del móvil del juego. La expresión y realización de desempeños motrices también se propone lograr el sentimiento de pertenencia al grupo. Para ello, se sugiere que los alumnos, en su contexto cultural, compartan experiencias y valoren el esfuerzo propio y colectivo dentro de las actividades que impulsa la Educación Física.

Los componentes más significativos en el desempeño motriz relacionados con la integración colectiva son el sentido lúdico, el sentido kinestésico y el sentido de la confrontación.

El sentido lúdico está asociado con el placer por el movimiento y por jugar, favorece la acción libre de los participantes y la interacción social. Lo lúdico se relaciona con lo corporal, lo emocional y la actitud.

El kinestésico hace posible que se perciba el movimiento, que se sepa cómo se efectúa, dónde se imprime más fuerza, dónde y cómo anticiparse a una acción y cómo se realiza ésta. Este sentido informa de las rotaciones, giros, fricciones, de la contracción y relajación muscular.

El sentido de la confrontación tiene que ver con la canalización del agón; es decir, con la experiencia y la disponibilidad de los niños y adolescentes por superar obstáculos, vencer desafíos y ponerse a prueba. La confrontación resulta útil para alcanzar varias actitudes positivas: a) aceptar y conducirse conforme a las reglas; b) asumir actitudes correspondientes a la actividad; c) reconocer un código de comunicación corporal con el equipo y descifrar las acciones de los adversarios, y d) planear y ejecutar tareas motrices mediante criterios claros.

La confrontación puede tener reglas explícitas (cuando se trata de actividades de iniciación deportiva y del deporte escolar) o no (en el caso de los juegos tradicionales). El programa considera también la posibilidad de que los adolescentes definan las reglas de sus propios juegos en actividades de confrontación.

El sentimiento de la confrontación puede variar en las distintas culturas y grupos sociales, por ello es recomendable reconocer, aceptar y respetar las distintas maneras en que la colectividad se expresa en las diferentes localidades del país en torno de la concepción del cuerpo, la competencia, la confrontación o el éxito.

Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas. Esta competencia (relacionada con la acción motriz y la creatividad) supone que los educandos enfrenten, en un contexto flexible, la incertidumbre de su participación en los juegos y en la iniciación deportiva, donde se da mayor importancia a los procesos afectivos, cognitivos y motrices.

Por ejemplo, no es lo mismo jugar dentro de la cancha propia que hacerlo en una de invasión; en la primera, la lógica de la actividad implica que no hay contacto corporal con los adversarios ni desplazamientos hacia la cancha contraria, sólo hay que devolver el implemento en uso; muestra de ello son el bádminton, el voleibol, el juego de los quemados y el tenis, entre otros. En la cancha de invasión los desempeños motrices se adaptan a los movimientos de los adversarios, existen empujones, contactos corporales y se tiene que invadir la cancha de los oponentes; por ejemplo: el fútbol, el balonmano y el tochito cinta. Además de la cancha existen otros elementos a tomar en cuenta: el móvil, el implemento, el tiempo y los roles de participación; es decir, si se juega con una pelota, los desempeños motrices pueden ser muy distintos, dependiendo de si requiere algún implemento adicional o no, como las raquetas, los bates u otro. Así, cada elemento de las prácticas, los juegos y los deportes educativos genera escenarios diferentes que permiten diversificar las acciones.

En este marco, el pensamiento táctico y estratégico permite al alumno tomar decisiones para anticipar determinada acción y realizar el movimiento más apropiado, así como descifrar los movimientos y avances de los adversarios. El móvil también interviene de manera importante. Capturar, completar carreras, descubrir los planes de los oponentes, evadir, llegar a la meta o limitarse a devolver el implemento –en una práctica individual como puede ser el bádminton– es ejemplo de actividad deportiva en la que se ejercita dicho pensamiento. Asimismo, el conocimiento de las rutas y trayectorias de los implementos (volantes o gallitos, pelotas, aros, pañuelos, balones) cobra especial interés, porque hay que ajustar los desempeños motrices para recibir un pase, devolverlo, enviarlo a un compañero, anticiparse y decidir cuál será la forma más eficaz de actuar.

Características de la sesión de Educación Física

Es importante que al inicio del curso, y de los bloques en particular, se comente con los alumnos la competencia que se está desarrollando, los aprendizajes esperados y los contenidos que se pretenden abordar. De tal manera que los contenidos se ordenen



para que los alumnos interactúen, se expresen, disfruten de la confrontación lúdica y desplieguen su pensamiento táctico y estratégico, con la finalidad de integrar su corporeidad. La idea es que encuentren sentido y significado a sus aprendizajes, siempre en situaciones y ambientes que promuevan información, conocimiento, habilidades y valores, con lo cual se favorece la construcción de las competencias para la vida.

Para que los alumnos consoliden la competencia motriz deben apropiarse de diversos saberes declarativos, procedimentales y actitudinales, relacionados con la acción motriz y la ejecución de los desempeños de sus compañeros. Para ello es necesario, al momento de planificar el bloque, incorporar las modificaciones correspondientes a la variabilidad de la práctica como elemento fundamental para dicha consolidación. Estas condiciones son cuatro: las referidas al espacio o área de trabajo, las concernientes al tiempo, las que implican el manejo de implementos y las que tienen que ver con la interrelación e intercomunicación con los demás compañeros.

Como veremos a continuación, una práctica de este tipo provee a las actividades de una lógica y de una secuencia, permite a los alumnos comprender los movimientos realizados y la estrategia para encontrar la manera de expresarse y coordinar distintos movimientos, sin la imposición de modelos estereotipados o de rutinas.

Enseguida se presentan cuatro tablas donde se destacan las condiciones que permiten la variabilidad de la práctica. Es importante mencionar que en la columna “Evolución del desempeño motriz” se mencionan los aprendizajes conceptuales, procedimentales y actitudinales que dan sentido a los cometidos y a la motricidad inteligente.

VARIABILIDAD EN LA PRÁCTICA: CONDICIONES SEGÚN EL TIEMPO	
DURACIÓN	EVOLUCIÓN DEL DESEMPEÑO MOTRIZ
Corto	<ul style="list-style-type: none"> • Rápida toma de decisiones y ajuste de todas las respuestas motrices. • Acuerdos rápidos con los compañeros de equipo. • Se buscan acciones motrices en concordancia con la parte final de la actividad y los resultados de la misma. • Complejidad en las respuestas motrices.
Largo	<ul style="list-style-type: none"> • Fluidez y arreglo de las acciones motrices. • Mayor tiempo para la toma de decisiones. • Más tiempo para organizar las estrategias y tácticas. • Regulación prolongada de los desempeños individuales.



VARIABILIDAD EN LA PRÁCTICA: CONDICIONES SEGÚN LA INTERCOMUNICACIÓN CON LOS DEMÁS COMPAÑEROS	
TIPO DE ROLES	EVOLUCIÓN DEL DESEMPEÑO MOTRIZ
Personal	<ul style="list-style-type: none"> • El control y dominio de las acciones depende exclusivamente del propio individuo. • Las acciones motrices dependen directamente de las capacidades. • El control de la incertidumbre en la acción es individual.
Oponente	<ul style="list-style-type: none"> • Se observan los desempeños del oponente y se ajustan los propios. • Las acciones motrices se regulan en torno a las realizadas por el oponente.
Compañeros	<ul style="list-style-type: none"> • Abundan las relaciones afectivas y la empatía con los compañeros. • Se toman acuerdos para la organización de estrategias. • Existen señales gestuales –comunicación no discursiva– entre los participantes.
Adversarios	<ul style="list-style-type: none"> • Las acciones motrices del grupo están supeditadas a los comportamientos de los oponentes. • Acuerdos para sostener las acciones motrices de los adversarios. • Se trata de descubrir las estrategias del grupo ofensivo.

VARIABILIDAD EN LA PRÁCTICA: CONDICIONES SEGÚN EL ESPACIO O ÁREA DE TRABAJO			
ÁREA	CARACTERÍSTICAS DEL ESPACIO	EVOLUCIÓN DEL DESEMPEÑO MOTRIZ	EJEMPLOS
Cancha propia	<ul style="list-style-type: none"> • Fijo. • Inmediato (espacio de la propia acción). • Dividido. • Restringido. 	<ul style="list-style-type: none"> • La acción motriz depende del propio ejecutante. • Mayor control del espacio por parte de los participantes. • Alternancia de movimientos cuando se participa en juegos de parejas o de más compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Tenis de mano. • Bádminton. • Indiaca. • Voleibol. • Korfball.
Cancha de invasión	<ul style="list-style-type: none"> • Inmediato (espacio del contacto físico). • Próximo. • Lejano (espacio de acción colectiva). 	<ul style="list-style-type: none"> • Los desempeños motores tienen que regularse ante las acciones de los oponentes. • Se precisa del trabajo coordinado con los compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Balonmano. • Tochito cinta. • Lacrosse. • Toma de bandera. • Baloncesto. • Fútbol. • Pelota Purhépecha. • Korfball.
Cancha común	<ul style="list-style-type: none"> • Cambiante. • Compartido. 	<ul style="list-style-type: none"> • Las acciones y los desempeños motrices se incrementan. • Interacción colectiva muy dinámica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Balón al castillo. • Los 10 pases.

VARIABILIDAD EN LA PRÁCTICA: CONDICIONES SEGÚN EL MANEJO DE LOS IMPLEMENTOS	
TIPO	EVOLUCIÓN DEL DESEMPEÑO MOTRIZ
Implementos	<ul style="list-style-type: none"> • Su manejo condiciona la acción motriz de los participantes. • Debe ser controlado respecto al espacio y área de trabajo. • Sitúa la direccionalidad de los desempeños. • Junto con el móvil del juego, le da sentido a las actividades.



Actividades para el fomento de estilos de vida saludable

Como parte de las actividades que permiten favorecer el cuidado de la salud en los alumnos, se sugiere una serie de acciones complementarias que posibiliten un mejor aprovechamiento del tiempo libre, ya sea entre semana (a contraturno) o los fines de semana.

En este sentido se sugiere:

- Que, mediante el Consejo Técnico Escolar, el docente proponga alternativas de acciones que beneficien la salud de los alumnos al abordar problemas detectados en periodos anteriores, como la obesidad y deficiencia nutricional, y hacer el seguimiento de conductas alimentarias inapropiadas, entre otros. Para ello, debe difundir actividades de promoción de la salud y del cuidado del ambiente, considerando la participación de los padres de familia y docentes en general, además de proponer actividades que fomenten la activación física.
- Establecer el trabajo colegiado entre los docentes en general y con especialistas para impulsar proyectos locales o regionales en beneficio de la salud; diseñar muestras pedagógicas, actividades interescolares, clubes deportivos y de iniciación deportiva, así como actividades recreativas y ecológicas (campamentos, excursiones, etc.), atendiendo el interés de los niños, a partir de un programa elaborado por el docente en función de cada contexto.

Por ello, es necesario que durante el ciclo escolar se realicen actividades que permitan vincular lo que se hace en la comunidad en general y con la Educación Física, de acuerdo con los siguientes temas:

Actividades de promoción y cuidado de la salud. Se pueden organizar pláticas sobre alimentación, adicciones (alcoholismo, tabaquismo, drogadicción, etc.), prevención de infecciones de transmisión sexual (como el VIH/sida), y beneficios del ejercicio físico para el organismo; talleres de activación física; paseos ciclistas; en la medida de lo posible, sugerir a los alumnos que lleven a la escuela bicicletas, patinetas, triciclos, patines y juguetes que contribuyan a promover la práctica del ejercicio como forma de vida saludable; realizar campañas de reforestación y conservación del ambiente; asimismo, el docente promoverá campañas de higiene mediante diversas acciones pedagógicas, como elaboración de periódicos murales sobre el tema, conferencias con especialistas, organización de eventos (semana de la salud, jornadas de higiene, videos orientados hacia el tema, festivales para el cuidado del cuerpo y otros); reuniones con padres de familia y autoridades para hablarles de la importancia de la alimentación y el hábito del ejercicio, el uso adecuado del tiempo libre, entre otras acciones.



Actividades para el disfrute del tiempo libre. Se sugiere la elaboración de trabajos manuales con material reciclado, globoflexia, papiroflexia, cuentacuentos, teatro guiñol, ciclos de cine infantil, convivios escolares, acantonamientos, visitas guiadas, juegos organizados, juegos de mesa, tradicionales o típicos de cada región del país, representaciones teatrales y actividades rítmicas en general, entre otros.

Actividades deportivas escolares y extraescolares. Mediante juegos cooperativos, modificados, circuitos deportivos, juegos autóctonos, rallys, minijuegos olímpicos, etc., implementar y fomentar juegos agonísticos y torneos escolares, formar equipos y grupos de animación, realizar inauguraciones, premiaciones, etc. Con las premisas de la inclusión, la participación y el respeto involucrar a todos los alumnos de cada grupo y a los demás docentes en la puesta en marcha y participación en estas actividades.

Actividades pedagógicas con padres de familia y otros miembros de la comunidad escolar. Esta actividad permite involucrar a los padres de familia, docentes, directivos y la comunidad escolar en general en actividades demostrativas (talleres y sesiones abiertas) para promover la convivencia familiar, así como la importancia de la Educación Física en la edad escolar. El propósito central de estas actividades es propiciar un ambiente de sano esparcimiento entre todos los miembros de la comunidad.



ORGANIZACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

En este apartado se presenta la organización para el desarrollo de los contenidos de la asignatura de Educación Física.

En el siguiente esquema se muestra la organización curricular a partir de los elementos que fundamentan el programa y su correspondencia con los bloques de contenidos de los tres grados.

Los contenidos para cada grado escolar se presentan en cinco bloques, cada uno debe considerar la aplicación de una evaluación inicial, con el fin de determinar las experiencias previas de los alumnos respecto a la competencia en desarrollo y, de esta manera, diagnosticar las habilidades del grupo y determinar las posibles dificultades y fortalezas que se podrían presentar en la implementación del siguiente. Asimismo, al término de cada bloque se propone aplicar nuevamente un mecanismo de evaluación de los aprendizajes logrados. Se sugiere repetir la estructura básica de la evaluación de la primera sesión, para partir de los mismos elementos de diagnóstico.



EJES PEDAGÓGICOS	ÁMBITOS DE INTERVENCIÓN	COMPETENCIAS	BLOQUES DE CONTENIDOS		
			1 ^{ER} GRADO	2 ^O GRADO	3 ^{ER} GRADO
EL SIGNIFICADO DEL CUERPO EL DESEMPEÑO Y LA MOTRICIDAD INTELIGENTES LA ACCIÓN MOTRIZ CON CREATIVIDAD	SALUD Y VIDA SANA COMPETENCIA MOTRIZ INICIACIÓN DEPORTIVA Y DEPORTE ESCOLAR	INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD EXPRESIÓN Y REALIZACIÓN DE DESEMPEÑOS MOTRICES SENCILLOS Y COMPLEJOS DOMINIO Y CONTROL DE LA MOTRICIDAD PARA PLANTEAR Y SOLUCIONAR PROBLEMAS	Bloque I	Bloque I	Bloque I
			Conocimiento de mí mismo	Proyecto y construyo lo que soy	Los lenguajes del cuerpo: sentido y significado
			Bloque II	Bloque II	Bloque II
			Aprendamos a jugar en equipo	La importancia de jugar limpio	Te invito a jugar: acordemos las reglas
			Bloque III	Bloque III	Bloque III
			Todos contra todos y en el mismo equipo	Las estrategias en la iniciación deportiva	Ajustes y estrategias en el juego
			Bloque IV	Bloque IV	Bloque IV
			El deporte educativo: cómo formular estrategias	Acuerdos para solucionar problemas	Cooperación y confrontación en actividades paradójicas
			Bloque V	Bloque V	Bloque V
Activo mi cuerpo, cuido mi salud	Todo un reto: mejorar mi condición física	Las actividades físicas y los juegos en mi escuela			

El docente debe organizar los bloques de contenido por secuencias de trabajo que agrupen diferentes estrategias didácticas para favorecer el desarrollo de las competencias, considerando las características del grupo, las condiciones escolares, el contexto social y el ambiente, entre otros factores que influyen en el grado de avance del programa. Debido a la naturaleza que caracteriza a cada entidad y zona del país, es necesario flexibilizar y adecuar las condiciones para su aplicación. El criterio para la implementación de un mayor número de sesiones se establece a partir de la autonomía y las facultades que posee cada comunidad, estado y región con base en sus necesidades de cobertura y su disponibilidad de recursos.



Los bloques están constituidos por los siguientes elementos.

Bloque I Título

Los títulos hacen referencia a los aprendizajes que lograrán los alumnos y a los contenidos presentados.

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: se refiere al desarrollo de la competencia que se prioriza en el bloque.	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
Los aprendizajes esperados definen lo que se espera que logren los alumnos al término del bloque, así como el nivel de progreso de la competencia que se favorece. Son un referente para el proceso de planificación y evaluación en el contexto de la sesión.	Los contenidos ofrecen una serie de elementos para cumplir los aprendizajes esperados. Para brindar mayores referentes sobre el trabajo que se desarrollará en el bloque, se propone una serie de preguntas o tópicos con la finalidad de orientar el desarrollo de las secuencias de trabajo.



PRIMER GRADO

Bloque I. Conocimiento de mí mismo

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Integración de la corporeidad	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> Describe características físicas, corporales y afectivas para reconocer sus límites y posibilidades dentro de la diversidad. Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo y mantener su condición física. Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación y el trato con sus compañeros por medio de la realización de juegos y actividades físicas. 	<p>RECONOCIMIENTO DE MI CUERPO</p> <p>Diferenciación de las particularidades físicas, emocionales, de relación y de las posibilidades motrices respecto a los demás.</p> <p>¿Qué cambios presenta nuestro cuerpo? ¿Qué podemos hacer con él? ¿Cómo nos movemos? Identificar mis características, ¿cómo me ayuda a comunicarme?</p> <p>Utilización de formas de expresión (oral, escrita y corporal) en actividades lúdicas que pongan de manifiesto su potencial expresivo.</p> <p>¿Cómo podemos comunicarnos? ¿Cómo puedes transmitir un mensaje con tu cuerpo? ¿En qué situaciones pones en práctica las formas de expresión?</p> <p>COMUNICACIÓN Y RELACIÓN CON OTROS</p> <p>Valoración de la comunicación y la relación con mis compañeros y los que me rodean.</p> <p>¿Cómo me relaciono con otros? ¿Cómo es mi grupo de amigos?</p>

37

Bloque II. Aprendamos a jugar en equipo

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> Explica los elementos estructurales del juego para proponer acciones que le permitan obtener un mejor desempeño durante los juegos. Controla sus movimientos al realizar tareas en forma estática o dinámica en relación consigo mismo, con sus compañeros y con los objetos que manipula para favorecer su experiencia motriz. Intercambia puntos de vista con sus compañeros sobre la aplicación de las reglas y el desarrollo de acciones motrices para alcanzar un fin en común. 	<p>RECONOCIMIENTO DE MI CUERPO</p> <p>Análisis de la naturaleza de las acciones motrices en juegos modificados y los elementos que los estructuran (reglas, roles e implementos).</p> <p>¿Comprendemos lo que hacemos? ¿Qué modificaciones podemos realizar a las reglas o a la dinámica para que todos tengan contacto con el implemento? Identifico mi potencial motriz.</p> <p>Realización de desempeños motrices en situaciones que involucren manipulación, tomando acuerdos con sus compañeros en juegos modificados.</p> <p>¿Cómo superar y mejorar nuestros desempeños? ¿Cómo podemos colaborar para sentirnos a gusto dentro del juego?</p> <p>Valoración de las aportaciones del grupo como alternativas que favorezcan la solución de problemas.</p> <p>¿Cómo veo a mis compañeros y cómo me ven? ¿Qué ganamos al participar?</p>



Bloque III. Todos contra todos y en el mismo equipo

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica diferentes estrategias en el juego que le permiten conseguir las metas establecidas. • Utiliza desempeños motrices individuales y de conjunto para favorecer la colaboración y la implementación de estrategias en el juego. • Actúa con responsabilidad en beneficio de la cooperación para resolver situaciones que implican acuerdos y decisiones. 	<p>Reconocimiento de acciones motrices y estrategias que se utilizan en las actividades. ¿Qué es una estrategia?</p> <p>Diferenciación del tipo de actuaciones que requiere cada estrategia. ¿En qué situaciones utilizamos una estrategia?</p> <p>AJUSTE Y CONTROL DE LA MOTRICIDAD</p> <p>Exploración de las posibilidades motrices a partir de la cooperación en diferentes estrategias didácticas en las cuales relacione su actuación y la de sus compañeros. ¿Cómo contribuyo en la solución de problemas?</p> <p>LA COOPERACIÓN EN DEPORTES ALTERNATIVOS</p> <p>Valoración de la cooperación como dispositivo de cambio y elemento indispensable para el desarrollo de estrategias. ¿Qué actitudes benefician el trabajo colaborativo? ¿Qué aspectos favorecen la cooperación?</p>

38

Bloque IV. El deporte educativo: cómo formular estrategias

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica los roles que desempeña en la dinámica de grupo para disfrutar e interactuar en los juegos. • Pone a prueba acciones que le permiten resolver los problemas del juego a partir de su experiencia para formular estrategias. • Muestra una actitud respetuosa para sí mismo y los demás al reconocer faltas en su actuación durante las actividades para contribuir al desarrollo del juego limpio. 	<p>LA ESTRATEGIA</p> <p>Comparación de diversas estrategias en los juegos modificados compartiéndolas con sus compañeros para su análisis. ¿Qué elementos debo considerar para formular una estrategia? ¿Qué roles desempeñamos durante el juego?</p> <p>LA INICIACIÓN DEPORTIVA Y LOS JUEGOS DE INVASIÓN</p> <p>Ejecución de actividades propias de la iniciación deportiva como los juegos modificados. ¿Qué juegos modificados conozco? ¿En qué consiste un juego de invasión de cancha? Inventando mis juegos.</p> <p>Organización de eventos recreativos y deportivos a partir del establecimiento de normas de convivencia en las que se enfatice el respeto a sí mismo y a los compañeros. ¿Qué normas favorecen la convivencia del grupo? La importancia de establecer pautas de actuación en el juego.</p>



Bloque V. Activo mi cuerpo, cuido mi salud

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Integración de la corporeidad

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none">• Describe acciones que le permiten integrar su disponibilidad corporal, conocer su cuerpo y mejorar sus capacidades.• Realiza actividad física en forma habitual para mantener un estilo de vida activo y saludable.• Expresa la importancia del uso de su tiempo libre para llevar a cabo acciones que le ayuden a cuidar la salud.	<p>LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA DE VIDA SALUDABLE</p> <p>Reconocimiento de la importancia de mantener un estilo de vida saludable a partir de la actividad física. Beneficios del ejercicio. Aspectos a considerar para la realización de actividad física. ¿Por medio de qué actividades se promueve el cuidado de la salud?</p> <p>Organización de un club de actividad física como alternativa de convivencia en el contexto donde vive y para favorecer la disponibilidad corporal. ¿Qué características debe cumplir un club? ¿Qué actividades pueden realizarse en el club?</p> <p>TIEMPO LIBRE Y JUEGO</p> <p>Valoración de las acciones que realiza para el uso de su tiempo libre dentro y fuera de la escuela. ¿Qué puedo hacer en mi tiempo libre? El juego tradicional y autóctono como un recurso para la promoción de la salud.</p>



SEGUNDO GRADO

Bloque I. Proyecto y construyo lo que soy

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Integración de la corporeidad	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica emociones, sentimientos y actitudes al realizar diversas acciones vinculadas con el juego y el deporte escolar. • Propone diferentes acciones motrices que le permiten comprender el lenguaje corporal y experimentar sus posibilidades motrices. • Expresa satisfacción al afianzar las relaciones con sus compañeros para favorecer los procesos de socialización. 	<p>EL CUERPO: LENGUAJE OCULTO</p> <p>Análisis de las relaciones que se establecen con los demás respecto a las posibilidades motrices y el lenguaje corporal. Lo que quiero ser. ¿Qué es lo que te identifica con tus compañeros en el juego? ¿Crees que tu cuerpo refleja tu personalidad?</p> <p>LA MEJOR FORMA DE HACERLO</p> <p>Resolución de diferentes problemas de tipo motriz a partir de experimentar, explorar y disfrutar las diversas posibilidades de movimiento. ¿De qué otra forma puedo hacer una misma actividad? ¿Qué elementos son importantes para la resolución de los problemas motrices?</p> <p>Valoración de emociones, sentimientos y actitudes que se experimentan en el juego y el deporte escolar. ¿Cómo te sientes durante un juego? ¿Cuál es la actitud de tus compañeros cuando ayudan a los demás? ¿Son diferentes los valores en el juego que en el deporte escolar?</p>

Bloque II. La importancia del juego limpio

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica el móvil del juego para reconocer sus implicaciones y mejorar su desempeño. • Emplea diferentes roles de participación para entender sus responsabilidades y los retos que el juego requiere. • Muestra compromiso consigo mismo y con los demás al participar en las actividades físicas para favorecer el juego limpio. 	<p>MODIFICANDO EL ÁREA</p> <p>Reconocimiento de juegos modificados y su vínculo con la variabilidad. Los desafíos al participar en juegos modificados. ¿Cómo puedo complejizar un juego?</p> <p>LOS PARTICIPANTES Y SUS INTERACCIONES</p> <p>Participación en juegos en los que vivencie los diferentes roles en los que se puede desenvolver (compañero y/o adversario). ¿Quiénes participan y cómo se relacionan?</p> <p>LOS VALORES EN EL JUEGO</p> <p>Promoción de valores mediante las actividades físicas. Acuerdos para la sana convivencia y la integración con sus compañeros. Jugar y cooperar.</p>



Bloque III. Las estrategias en la iniciación deportiva

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Identifica sus posibilidades motrices para utilizarlas a partir del pensamiento estratégico en actividades de cancha propia. • Adapta sus movimientos de acuerdo con el tiempo y el espacio, como una forma de poner a prueba sus capacidades. • Toma decisiones que favorecen una participación grupal equilibrada, respetando la lógica interna de las actividades. 	<p>LA ACTUACIÓN ESTRATÉGICA EN ACTIVIDADES DE CANCHA PROPIA</p> <p>Interpretación del pensamiento estratégico en juegos modificados de cancha propia. ¿Cuáles fueron las dificultades que se suscitaron? ¿Qué alternativas puedo proponer?</p> <p>ORGANIZACIÓN DE UN TORNEO</p> <p>Participación en torneos deportivos en los que ponga a prueba sus capacidades. ¿Qué elementos deben considerarse para la organización del torneo? ¿Qué experiencias te dejó organizar un torneo?</p> <p>LA INTERACCIÓN COMO ESTRATEGIA</p> <p>Valoración del trabajo grupal como un medio para el desarrollo de estrategias en la iniciación deportiva. Respeto a las reglas. ¿Qué debes considerar en tu participación para el logro de las estrategias?</p>

44

Bloque IV. Acuerdos para solucionar problemas

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y resolver problemas

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Menciona la importancia de las reglas, el espacio y el tiempo en el trabajo colectivo como elementos que benefician las decisiones grupales en los juegos de invasión. • Desarrolla alternativas a partir de la utilización del pensamiento divergente para resolver situaciones de acción motriz, al dialogar con sus compañeros y establecer soluciones. • Aprueba estrategias creadas en colectivo a partir de la toma de decisiones para la consecución de una meta o resultado. 	<p>INVENTAMOS NUESTROS JUEGOS</p> <p>Reconocimiento de juegos de invasión que impliquen la modificación de los elementos estructurales. ¿Qué son los elementos estructurales de un juego? ¿Cuál es la importancia de conocer la lógica interna de un juego?</p> <p>Realización de juegos de cooperación y oposición como un medio para favorecer la acción creativa a partir del pensamiento divergente. ¿Cómo utilizo el pensamiento divergente en los juegos? Varias soluciones para un mismo problema.</p> <p>Promoción de formas de comunicación e interacción con sus compañeros para el desarrollo de estrategias. ¿Qué pasaría si no escuchamos a los demás? La importancia de decidir en colectivo. Nuestras estrategias: valorando el resultado.</p>



Bloque V. Todo un reto: mejorar mi condición física

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none">• Identifica la importancia de planear actividades para favorecer su condición física y desempeño motriz.• Adapta sus esquemas motores generales en diferentes tareas y actividades motrices para mejorar su condición física.• Establece acciones que le permiten cuidar su cuerpo y mantener su salud para alcanzar un estado de bienestar óptimo.	<p>LOS COMPONENTES DE LA CONDICIÓN FÍSICA</p> <p>Diferenciación de las capacidades físicas utilizadas en la iniciación deportiva. Situaciones en que utilizo las capacidades físicas. ¿Cómo favorecer la condición física a partir del juego?</p> <p>Poner en práctica circuitos de acción motriz que involucren desempeños sencillos y complejos. ¿Cómo puedo construir un circuito de acción motriz? ¿Qué necesito hacer para que la actividad física sea un hábito?</p> <p>Planificación de actividades que favorezcan mi desempeño, la participación con mis compañeros y la salud. Plan de acción para el desarrollo de las actividades. Juegos tradicionales de la comunidad y región como medio para favorecer la convivencia.</p>



TERCER GRADO

Bloque I. Los lenguajes del cuerpo: sentido y significado

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Integración de la corporeidad	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> Describe diferentes formas de expresión y comunicación para transmitir ideas, sentimientos y vivencias. Aplica diferentes formas de comunicación por medio de su expresión corporal para llevar a cabo una representación de ideas y acciones de su vida. Muestra su potencial expresivo para comunicarse corporalmente mediante actividades de representación en las que pone en práctica la creatividad. 	<p>DIFERENTES FORMAS DE COMUNICACIÓN DEL CUERPO</p> <p>Reconocimiento de la representación corporal y sus manifestaciones en acciones de la vida cotidiana. ¿Piensas que con tu cuerpo puedes decir algo?</p> <p>EL USO EXPRESIVO DEL CUERPO</p> <p>Desarrollo de la motricidad por medio de procesos creativos del lenguaje corporal para favorecer la imaginación, la fantasía y la originalidad. La comunicación verbal y no verbal. Posibilidades de la expresión.</p> <p>LA COMUNICACIÓN CORPORAL</p> <p>Valoración de su cuerpo y las posibilidades de expresión y comunicación. Cuando te comunicas con alguien... ¿es sólo con la voz? ¿Cuál es el significado de tus movimientos?</p>

Bloque II. Te invito a jugar: acordemos las reglas

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> Identifica la importancia del juego limpio para la planificación y realización de torneos. Propone códigos de ética que le permitan desempeñarse positivamente en juegos y deportes que contribuyan en la convivencia con los demás. Establece metas en el contexto de la sesión que favorezcan su participación en la vida diaria. 	<p>PLANEACIÓN DE UN TORNEO</p> <p>Reconocimiento de las actitudes que favorecen el juego limpio. La organización es responsabilidad de todos. Regla o reglamento. ¿Por qué son importantes las reglas en el juego?</p> <p>CÓDIGO DE ÉTICA</p> <p>Desarrollo de códigos de ética en actividades de confrontación. ¿Qué es un código de ética? ¿Cuáles son los elementos que debo considerar en el código?</p> <p>Poner en práctica acuerdos para favorecer la convivencia y el desempeño motriz. ¿Cómo me ayudan las reglas para mejorar mi actuación? ¿Por qué las reglas determinan mi actuación en el juego? Confrontación, el desafío conmigo mismo.</p>



Bloque III. Ajustes y estrategias en el juego

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Distingue la lógica interna de las actividades –el reglamento, las acciones ofensivas y defensivas– para determinar tácticas que permitan la consecución de los fines. • Propone estrategias y soluciones tácticas a sus compañeros para llegar a decisiones que favorezcan el trabajo colaborativo. • Participa en la consecución de acuerdos referidos al desempeño del equipo para tener una actuación efectiva. 	<p>PLANEAR ESTRATEGIAS</p> <p>Reconocimiento de situaciones tácticas, su importancia y aplicación en un sistema de juego de conjunto. ¿Qué es la táctica? La táctica en el juego. Estrategias ante diversas situaciones motrices.</p> <p>Aplicación de estrategias al practicar juegos modificados de invasión y cancha dividida. Deportes y actividades con implementos.</p> <p>Aprobación de actitudes y tácticas en beneficio de la actuación grupal. El fomento de valores a partir del juego. Valorando nuestra actuación. El que persevera alcanza.</p>

Bloque IV. Cooperación y confrontación en actividades paradójicas

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos

APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none"> • Menciona los distintos elementos que posibilitan el juego paradójico para entender su lógica interna. • Aplica sus desempeños motrices en las actividades para favorecer la autosuperación a partir de la confianza en sí mismo. • Colabora en la planificación de situaciones ofensivas y defensivas para contribuir al trabajo colaborativo en el juego. 	<p>JUEGOS PARADÓJICOS</p> <p>Comprensión de la naturaleza de los juegos para el desarrollo del pensamiento creativo. ¿Qué es un juego paradójico? Conocimiento de la lógica interna del juego. ¡Cambio de roles! Elijo a mis compañeros y a mis adversarios.</p> <p>MÓVIL, ÁREA E IMPLEMENTOS</p> <p>Utilización de los desempeños motrices a partir de la lógica interna del juego en la realización de un torneo. Adapto mi desempeño.</p> <p>VALORO MI PARTICIPACIÓN Y LA DE MIS COMPAÑEROS</p> <p>Sensibilización sobre el trabajo colaborativo en beneficio de la actuación del equipo. ¿Qué pasa cuando todos colaboramos?</p>



Bloque V. Las actividades físicas y los juegos en mi escuela

COMPETENCIA QUE SE FAVORECE: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas	
APRENDIZAJES ESPERADOS	CONTENIDOS
<ul style="list-style-type: none">• Relaciona sus aprendizajes adquiridos con las actividades de su vida diaria que le permitan establecer situaciones equitativas de trabajo y colaboración.• Implementa acciones que le permitan consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.• Expresa la importancia de sus experiencias, así como las de sus compañeros, como una forma para comprender sus aprendizajes y los aspectos a mejorar en su desempeño.	<p>RECUPERO MIS EXPERIENCIAS</p> <p>Reconocimiento de los aprendizajes logrados para la realización de acciones que favorezcan el cuidado de la salud, la imaginación y la creatividad. ¿Cómo utilizas lo que has aprendido?</p> <p>PROYECTO DE VIDA</p> <p>Utilización del ejercicio y la actividad física como un estilo de vida saludable en el contexto escolar y familiar. Organización de actividades y valoración de sus habilidades. Trasladando los aprendizajes en Educación Física a mi vida diaria.</p> <p>Valoración de la pluralidad como elemento significativo del entendimiento con los demás. ¿Por qué es conveniente que haya distintas opiniones? ¿Cómo llegar a acuerdos en el grupo para desarrollar las actividades? ¿Qué relevancia tiene el trabajo colaborativo en las actividades cotidianas?</p>





Guía para el Maestro

Secundaria
Educación Física

INTRODUCCIÓN

A las maestras y los maestros de México:

Para la Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública es un gusto presentarles la *Guía para el Maestro*, una herramienta innovadora de acompañamiento en la implementación de la Reforma Integral de la Educación Básica. Su finalidad es ofrecer orientaciones pedagógicas y didácticas que guíen la labor del docente en el aula.

Como es de su conocimiento, la Reforma Integral de la Educación Básica (RIEB) concluye su generalización en el ciclo escolar 2011-2012, en este mismo periodo comenzamos una nueva fase de consolidación. Como toda reforma se ha transitado de un periodo de innovación y prueba a otro de consolidación y mejora continua. En esta fase se introducen en los programas de estudio estándares curriculares y aprendizajes esperados, los cuales implicarán nuevos retos y desafíos para el profesorado; la Subsecretaría ha diseñado diversas estrategias que les brindarán herramientas y acompañamiento.

En la puesta en marcha de los nuevos programas de estudio, ustedes son parte fundamental para concretar sus resultados a través de la valoración acerca de la relevancia de la práctica docente, centrada en el aprendizaje de sus alumnos.

Este documento forma parte del acompañamiento, al ofrecer información y propuestas específicas que contribuyan a comprender el enfoque y los propósitos de esta Reforma.

El contenido está organizado en diferentes apartados que explican la orientación de las asignaturas, la importancia y función de los estándares por periodos, y su vinculación con los aprendizajes esperados, todos ellos elementos sustantivos en la articulación de la Educación Básica.

Las Guías presentan explicaciones sobre la organización del aprendizaje, con énfasis en el diseño de ambientes de aprendizaje y la gestión del aula.

Como parte fundamental de la acción educativa en el desarrollo de competencias se consideran los procesos de planificación y evaluación, los cuales requieren ser trabajados de manera sistémica e integrada. La evaluación desde esta perspectiva contribuye a una mejora continua de los procesos de enseñanza y aprendizaje atendiendo a criterios de inclusión y equidad.

En el último apartado se ofrecen situaciones de aprendizaje que constituyen opciones de trabajo en el aula. Representan un ejemplo que puede enriquecerse a partir de sus conocimientos y experiencia.

Estas Guías presentan propuestas que orientan el trabajo de vinculación con otras asignaturas para abordar temas de interés prioritario para la sociedad actual, así como fuentes de información que contribuyan a ampliar sus conocimientos.



INTRODUCCIÓN

Uno de los temas más innovadores en esta propuesta curricular es la introducción de estándares curriculares para Español, Matemáticas, Ciencias, Inglés y Habilidades Digitales para Todos (HDT) por lo que habrá referencias para ellos en las orientaciones pedagógicas y didácticas, explicando su uso, función y vinculación con los aprendizajes esperados, además de su importancia para la evaluación en los cuatro periodos que se han considerado para ello; tercero de preescolar, tercero y sexto de primaria y tercero de secundaria.

Por las aportaciones a su función educativa y a la comprensión de los nuevos enfoques del Plan de Estudios 2011, los invitamos a hacer una revisión exhaustiva de este documento, a discutirlo en colegiado, pero ante todo a poner en práctica las sugerencias planteadas en estas Guías.

Articulación de la Educación Básica

La RIEB forma parte de una visión de construcción social de largo alcance, como podemos observar en el Proyecto de Acuerdo por el que se establece la Articulación de la Educación Básica:

... Desde la visión de las autoridades educativas federales y locales, en este momento resulta prioritario articular estos esfuerzos en una política pública integral capaz de responder, con oportunidad y pertinencia, a las transformaciones, necesidades y aspiraciones de niñas, niños y jóvenes, y de la sociedad en su conjunto, con una perspectiva abierta durante los próximos 20 años; es decir, con un horizonte hacia 2030 que oriente el proyecto educativo de la primera mitad del siglo XXI.

SEP, Proyecto de Acuerdo por el que se establece la Articulación de la Educación Básica, México, 2011.

A fin de integrar un currículo que comprende 12 años para la Educación Básica, se definió como opción metodológica el establecimiento de campos de formación que organizan, regulan y articulan los espacios curriculares; poseen un carácter interactivo entre sí y son congruentes con las competencias para la vida y los rasgos del perfil de egreso.

En cada campo de formación se manifiestan los procesos graduales del aprendizaje, de manera continua e integral; consideran aspectos importantes relacionados con la formación de la ciudadanía, la vida en sociedad, la identidad nacional, entre otros.

En el nivel preescolar el campo formativo se refiere a los espacios curriculares que conforman este nivel.



Campos de formación para la Educación Básica y sus finalidades

- **Lenguaje y comunicación.** Desarrolla competencias comunicativas y de lectura en los estudiantes a partir del trabajo con los diversos usos sociales del lenguaje, en la práctica comunicativa de los diferentes contextos. Se busca desarrollar competencias de lectura y de argumentación de niveles complejos al finalizar la Educación Básica.
- **Pensamiento matemático.** Desarrolla el razonamiento para la solución de problemas, en la formulación de argumentos para explicar sus resultados y en el diseño de estrategias y procesos para la toma de decisiones.
- **Exploración y comprensión del mundo natural y social.** Integra diversos enfoques disciplinares relacionados con aspectos biológicos, históricos, sociales, políticos, económicos, culturales, geográficos y científicos. Constituye la base de la formación del pensamiento científico e histórico, basado en evidencias y métodos de aproximación a los distintos fenómenos de la realidad. Se trata de conocernos a nosotros y al mundo en toda su complejidad y diversidad.
- **Desarrollo personal y para la convivencia.** Integra diversos enfoques disciplinares relacionados con las Ciencias Sociales, las Humanidades, las Ciencias y la Psicología, e integra a la Formación Cívica y Ética, la Educación Artística y la Educación Física, para un desarrollo más pleno e integral de las personas. Se trata de que los estudiantes aprendan a actuar con juicio crítico a favor de la democracia, la libertad, la paz, el respeto a las personas, a la legalidad y a los derechos humanos. También significa formar para la convivencia, entendida ésta como la construcción de relaciones interpersonales de respeto mutuo, de solución de conflictos a través del diálogo, así como la educación de las emociones para formar personas capaces de interactuar con otros, de expresar su afectividad, su identidad personal y, desarrollar su conciencia social.

La Reforma en marcha es un proceso que se irá consolidando en los próximos años, entre las tareas que implica destacan: la articulación paulatina de los programas de estudio con los libros de texto, el desarrollo de materiales complementarios, el uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC) para el desarrollo de portales educativos y la generación de procesos de alta especialización docente en los que será imprescindible su participación.



INTRODUCCIÓN

El enfoque de competencias para la vida y los periodos en la Educación Básica

Las reformas curriculares de los niveles preescolar (2004), secundaria (2006) y primaria (2009) que concluyen con el Plan de Estudios para la Educación Básica 2011, representan un esfuerzo sostenido y orientado hacia una propuesta de formación integral de los alumnos, cuya finalidad es el desarrollo de competencias para la vida, lo cual significa que la escuela y los docentes, a través de su intervención y compromiso, generen las condiciones necesarias para contribuir de manera significativa a que los niños y jóvenes sean capaces de resolver situaciones problemáticas que les plantea su vida y su entorno, a partir de la interrelación de elementos conceptuales, factuales, procedimentales y actitudinales para la toma de decisiones sobre la elección y aplicación de estrategias de actuación oportunas y adecuadas, que atiendan a la diversidad y a los procesos de aprendizaje de los niños.

El desarrollo de competencias para la vida demanda generar estrategias de intervención docente, de seguimiento y de evaluación de manera integrada y compartida al interior de la escuela y con los diferentes niveles de Educación Básica, acerca de la contribución de cada uno de ellos para el logro de las competencias.

Es importante tener presente que el desarrollo de una competencia no constituye el contenido a abordar, tampoco se alcanza en un solo ciclo escolar; su logro es resultado de la intervención de todos los docentes que participan en la educación básica de los alumnos, por lo tanto las cinco competencias para la vida establecidas en el Plan de Estudios para la Educación Básica 2011 son el resultado del logro de los aprendizajes esperados a desarrollar durante los 12 años que conforman el preescolar, la primaria y la secundaria. Por lo anterior, es necesario generar las condiciones para impulsar un proceso de diálogo y colaboración entre los docentes de estos niveles educativos, a fin de compartir criterios e intercambiar ideas y reflexiones sobre los procesos de aprendizaje de los estudiantes y sobre las formas colectivas de intervención que pueden realizarse para contribuir al logro educativo.

El grado de dominio de una competencia implica que el docente observe el análisis que hace el alumno de una situación problemática, los esquemas de actuación que elige y que representan la interrelación de actitudes que tiene; los procedimientos que domina y la serie de conocimientos que pone en juego para actuar de manera competente. Ante este reto es insoslayable que los maestros junto con sus estudiantes, desarrollen competencias



que les permitan un cambio en la práctica profesional, en el que la planificación, la evaluación y las estrategias didácticas estén acordes a los nuevos enfoques de enseñanza propuestos en los Planes de Estudio 2011.

Orientaciones pedagógicas y didácticas para la Educación Básica

Cumplir con los principios pedagógicos del presente Plan de Estudios 2011 para la Educación Básica, requiere de los docentes una intervención centrada en:

- El aprendizaje de los alumnos, lo cual implica reconocer cómo aprenden y considerarlo al plantear el proceso de enseñanza.
- Generar condiciones para la inclusión de los alumnos, considerando los diversos contextos familiares y culturales, así como la expresión de distintas formas de pensamiento, niveles de desempeño, estilos y ritmos de aprendizaje.
- Propiciar esquemas de actuación docente para favorecer el desarrollo de competencias en los alumnos a partir de condiciones que permitan la conjunción de saberes y su aplicación de manera estratégica en la resolución de problemas.
- Aplicar estrategias diversificadas para atender de manera pertinente los requerimientos educativos que le demanden los distintos contextos de la población escolar.
- Promover ambientes de aprendizaje que favorezcan el logro de los aprendizajes esperados, la vivencia de experiencias y la movilización de saberes

a) Planificación de la práctica docente

La planificación es un proceso fundamental en el ejercicio docente ya que contribuye a plantear acciones para orientar la intervención del maestro hacia el desarrollo de competencias, al realizarla conviene tener presente que:

- Los aprendizajes esperados y los estándares curriculares son los referentes para llevarla a cabo.
- Las estrategias didácticas deben articularse con la evaluación del aprendizaje.
- Se deben generar ambientes de aprendizaje lúdicos y colaborativos que favorezcan el desarrollo de experiencias de aprendizaje significativas.



INTRODUCCIÓN

- Las estrategias didácticas deben propiciar la movilización de saberes y llevar al logro de los aprendizajes esperados de manera continua e integrada.
- Los procesos o productos de la evaluación evidenciarán el logro de los aprendizajes esperados y brindarán información que permita al docente la toma de decisiones sobre la enseñanza, en función del aprendizaje de sus alumnos y de la atención a la diversidad.
- Los alumnos aprenden a lo largo de la vida y para favorecerlo es necesario involucrarlos en su proceso de aprendizaje.

Los Programas de Estudio correspondientes a la Educación Básica: preescolar, primaria y secundaria constituyen en sí mismos un primer nivel de planificación, en tanto que contienen una descripción de lo que se va a estudiar y lo que se pretende que los alumnos aprendan en un tiempo determinado. Es necesario considerar que esto es una programación curricular de alcance nacional, y por tanto presenta las metas a alcanzar como país, atendiendo a su flexibilidad, éstas requieren de su experiencia como docente para hacerlas pertinentes y significativas en los diversos contextos y situaciones.

La ejecución de estos nuevos programas requiere una visión de largo alcance que le permita identificar en este Plan de Estudios de 12 años, cuál es la intervención que le demanda en el trayecto que le corresponde de la formación de sus alumnos, así como visiones parciales de acuerdo con los periodos de corte que habrá al tercero de preescolar, tercero y sexto de primaria y al tercero de secundaria.

El eje de la clase debe ser una actividad de aprendizaje que represente un desafío intelectual para el alumnado y que genere interés por encontrar al menos una vía de solución. Las producciones de los alumnos deben ser analizadas detalladamente por ellos mismos, bajo su orientación, en un ejercicio de auto y coevaluación para que con base en ese análisis se desarrollen ideas claras y se promueva el aprendizaje continuo. Los conocimientos previos de los estudiantes sirven como memoria de la clase para enfrentar nuevos desafíos y seguir aprendiendo, al tiempo que se responsabiliza al alumnado en su propio aprendizaje.

Este trabajo implica que como docentes se formulen expectativas sobre lo que se espera de los estudiantes, sus posibles dificultades y estrategias didácticas con base en el conocimiento de cómo aprenden. En el caso de que las expectativas no se cumplan, será necesario volver a revisar la actividad que se planteó y hacerle ajustes para que resulte útil.



Esta manera de concebir la planificación nos conduce a formular dos aspectos de la práctica docente: el diseño de actividades de aprendizaje y el análisis de dichas actividades, su aplicación y evaluación.

El diseño de actividades de aprendizaje requiere del conocimiento de qué se enseña y cómo se enseña en relación a cómo aprenden los alumnos, las posibilidades que tienen para acceder a los problemas que se les plantean y qué tan significativos son para el contexto en el que se desenvuelven. Diseñar actividades implica responder lo siguiente:

- ¿Qué situaciones resultarán interesantes y suficientemente desafiantes para que los alumnos indaguen, cuestionen, analicen, comprendan y reflexionen de manera integral sobre la esencia de los aspectos involucrados en este contenido?
- ¿Cuál es el nivel de complejidad que se requiere para la situación que se planteará?
- ¿Qué recursos son importantes para que los alumnos atiendan las situaciones que se van a proponer?
- ¿Qué aspectos quedarán a cargo del alumnado y cuáles es necesario explicar para que puedan avanzar?
- ¿De qué manera pondrán en práctica la movilización de saberes para lograr resultados?

El diseño de una actividad o de una secuencia de actividades requiere del intercambio de reflexiones y prácticas entre pares que favorezca la puesta en común del enfoque y la unificación de criterios para su evaluación.

Otro aspecto, se refiere a la puesta en práctica de la actividad en el grupo, en donde los ambientes de aprendizaje serán el escenario que genere condiciones para que se movilicen los saberes de los alumnos.

Una planificación útil para la práctica real en el salón de clase implica disponer de la pertinencia y lo significativo de la actividad que se va a plantear en relación a los intereses y el contexto de los alumnos, conocer las expectativas en cuanto a sus actuaciones, las posibles dificultades y la forma de superarlas, los alcances de la actividad en el proceso de aprendizaje, así como de la reflexión constante que realice en su propia práctica docente que requerirá replantearse continuamente conforme lo demande el aprendizaje de los estudiantes.

b) Ambientes de aprendizaje

Son escenarios contruidos para favorecer de manera intencionada las situaciones de aprendizaje. Constituya la construcción de situaciones de aprendizaje en el aula, en la



INTRODUCCIÓN

escuela y en el entorno, pues el hecho educativo no sólo tiene lugar en el salón de clases, sino fuera de él para promover la oportunidad de formación en otros escenarios presenciales y virtuales.

Sin embargo, el maestro es central en el aula para la generación de ambientes que favorezcan los aprendizajes al actuar como mediador diseñando situaciones de aprendizaje centradas en el estudiante; generando situaciones motivantes y significativas para los alumnos, lo cual fomenta la autonomía para aprender, desarrollar el pensamiento crítico y creativo, así como el trabajo colaborativo. Es en este sentido, que le corresponde propiciar la comunicación, el diálogo y la toma de acuerdos, con y entre sus estudiantes, a fin de promover el respeto, la tolerancia, el aprecio por la pluralidad y la diversidad; asimismo, el ejercicio de los derechos y las libertades.

La escuela constituye un ambiente de aprendizaje bajo esta perspectiva, la cual asume la organización de espacios comunes, pues los entornos de aprendizaje no se presentan de manera espontánea, ya que media la intervención docente para integrarlos, construirlos y emplearlos como tales.

La convivencia escolar es el conjunto de relaciones interpersonales entre los miembros de una comunidad educativa y generan un determinado clima escolar. Los valores, las formas de organización, la manera de enfrentar los conflictos, la expresión de emociones, el tipo de protección que se brinda al alumnado y otros aspectos configuran en cada escuela un modo especial de convivir que influye en la calidad de los aprendizajes, en la formación del alumnado y en el ambiente escolar.

De igual manera, los ambientes de aprendizaje requieren brindar experiencias desafiantes, en donde los alumnos se sientan motivados por indagar, buscar sus propias respuestas, experimentar, aprender del error y construir sus conocimientos mediante el intercambio con sus pares.

En la construcción de ambientes de aprendizaje destacan los siguientes aspectos:

- La claridad respecto del propósito educativo que se quiere alcanzar o el aprendizaje que se busca construir con los alumnos.
- El enfoque de la asignatura, pues con base en él deben plantearse las actividades de aprendizaje en el espacio que estén al alcance y las interacciones entre los alumnos, de modo que se construya el aprendizaje.
- El aprovechamiento de los espacios y sus elementos para apoyar directa o indirectamente el aprendizaje, lo cual permite las interacciones entre los alumnos



y el maestro; en este contexto cobran relevancia aspectos como: la historia del lugar, las prácticas y costumbres, las tradiciones, el carácter rural, semirural, indígena o urbano del lugar, el clima, la flora y fauna, entre otros.

Un ambiente de aprendizaje debe tomar en cuenta que las tecnologías de la información y la comunicación están cambiando radicalmente el entorno en el que los alumnos aprendían. En consecuencia, si antes podía usarse un espacio de la escuela, la comunidad y el aula como entorno de aprendizaje, ahora espacios distantes pueden ser empleados como parte del contexto de enseñanza.

Para aprovechar este nuevo potencial una de las iniciativas que corren en paralelo con la Reforma Integral de la Educación Básica, es la integración de aulas telemáticas, que son espacios escolares donde se emplean tecnologías de la información y la comunicación como mediadoras en los procesos de enseñanza y de aprendizaje.

Los materiales educativos, impresos, audiovisuales y digitales son recursos que al complementarse con las posibilidades que los espacios ofrecen propician la diversificación de los entornos de aprendizaje.

Asimismo, el hogar ofrece a los alumnos y a las familias un amplio margen de acción a través de la organización del tiempo y del espacio para apoyar las actividades formativas de los alumnos con o sin el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

c) Modalidades de trabajo

Situaciones de aprendizaje. Son el medio por el cual se organiza el trabajo docente, a partir de planear y diseñar experiencias que incorporan el contexto cercano a los niños y tienen como propósito problematizar eventos del entorno próximo. Por lo tanto, son pertinentes para el desarrollo de las competencias de las asignaturas que conforman los diferentes campos formativos.

Una de sus principales características es que se pueden desarrollar a través de talleres o proyectos. Esta modalidad de trabajo se ha puesto en práctica primordialmente en el nivel preescolar, sin embargo, ello no lo hace exclusivo de este nivel, ya que las oportunidades de generar aprendizaje significativo las hacen útiles para toda la Educación Básica. Incluyen formas de interacción entre alumnos, contenidos y docentes, favorecen el tratamiento inter y transdisciplinario entre los campos formativos.

Proyectos. Son un conjunto de actividades sistemáticas e interrelacionadas para reconocer y analizar una situación o problema y proponer posibles soluciones. Brindan oportunidades para que los alumnos actúen como exploradores del mundo, estimulen



INTRODUCCIÓN

su análisis crítico, propongan acciones de cambio y su eventual puesta en práctica; los conduce no sólo a saber indagar, sino también a saber actuar de manera informada y participativa. Los proyectos permiten la movilización de aprendizajes que contribuyen en los alumnos al desarrollo de competencias, a partir del manejo de la información, la realización de investigaciones sencillas (documentales y de campo) y la obtención de productos concretos. Todo proyecto considera las inquietudes e intereses de los estudiantes y las posibilidades son múltiples ya que se puede traer el mundo al aula.

Secuencias didácticas. Son actividades de aprendizaje organizadas que responden a la intención de abordar el estudio de un asunto determinado, con un nivel de complejidad progresivo en tres fases: inicio, desarrollo y cierre. Presentan una situación problematizadora de manera ordenada, estructurada y articulada.

d) Trabajo colaborativo

Para que el trabajo colaborativo sea funcional debe ser inclusivo, entendiendo esto desde la diversidad, lo que implica orientar las acciones para que en la convivencia, los estudiantes expresen sus descubrimientos, soluciones, reflexiones, dudas, coincidencias y diferencias a fin de construir en colectivo.

Es necesario que la escuela promueva prácticas de trabajo colegiado entre los maestros tendientes a enriquecer sus prácticas a través del intercambio entre pares para compartir conocimientos, estrategias, problemáticas y propuestas de solución en atención a las necesidades de los estudiantes; discutir sobre temas que favorezcan el aprendizaje, y la acción que como colectivo requerirá la implementación de los programas de estudio.

Es a través del intercambio entre pares en donde los alumnos podrán conocer cómo piensan otras personas, qué reglas de convivencia requieren, cómo expresar sus ideas, cómo presentar sus argumentos, escuchar opiniones y retomar ideas para reconstruir las propias, esto favorecerá el desarrollo de sus competencias en colectivo.

El trabajo colaborativo brinda posibilidades en varios planos: en la formación en valores, así como en la formación académica, en el uso eficiente del tiempo de la clase y en el respeto a la organización escolar.

e) Uso de materiales y recursos educativos

Los materiales ofrecen distintos tipos de tratamiento y nivel de profundidad para abordar los temas; se presentan en distintos formatos y medios. Algunos sugieren la consulta de otras fuentes así como de los materiales digitales de que se dispone en las escuelas.



Los acervos de las bibliotecas escolares y de aula, son un recurso que contribuye a la formación de los alumnos como usuarios de la cultura escrita. Complementan a los libros de texto y favorecen el contraste y la discusión de un tema. Ayudan a su formación como lectores y escritores.

Los materiales audiovisuales multimedia e Internet articulan de manera sincronizada códigos visuales, verbales y sonoros, que generan un entorno variado y rico de experiencias, a partir del cual los alumnos crean su propio aprendizaje.

Particularmente en la Telesecundaria pero también en otros niveles y modalidades de la educación básica, este tipo de materiales ofrecen nuevas formas, escenarios y propuestas pedagógicas que buscan propiciar aprendizajes significativos en los alumnos.

Los materiales y recursos educativos informáticos cumplen funciones y propósitos diversos; pueden utilizarse dentro y fuera del aula a través de los portales educativos.

La tecnología como recurso de aprendizaje

En la última década las Tecnologías de la Información y de la Comunicación han tenido impacto importante en distintos ámbitos de la vida económica, social y cultural de las naciones y, en conjunto, han delineado la idea de una Sociedad de la Información. El enfoque eminentemente tecnológico centra su atención en el manejo, procesamiento y la posibilidad de compartir información. Sin embargo, los organismos internacionales como la CEPAL y la UNESCO, han puesto el énfasis en los últimos cinco años en la responsabilidad que tienen los estados nacionales en propiciar la transformación de la sociedad de la información hacia una sociedad del conocimiento.

La noción de sociedad de la información se basa en los progresos tecnológicos; en cambio, la sociedad del conocimiento comprende una dimensión social, ética y política mucho más compleja. La sociedad del conocimiento pone énfasis en la diversidad cultural y lingüística; en las diferentes formas de conocimiento y cultura que intervienen en la construcción de las sociedades, la cual se ve influida, por supuesto, por el progreso científico y técnico moderno.

Bajo este paradigma, el sistema educativo debe considerar el desarrollo de habilidades digitales, tanto en alumnos como en docentes, que sean susceptibles de adquirirse durante su formación académica. En la Educación Básica el esfuerzo se orienta a propiciar el desarrollo de habilidades digitales en los alumnos, sin importar su edad, situación social y



INTRODUCCIÓN

geográfica, la oportunidad de acceder, a través de dispositivos tecnológicos de vanguardia, de nuevos tipos de materiales educativos, nuevas formas y espacios para la comunicación, creación y colaboración, que propician las herramientas de lo que se denomina la Web 2.0.

De esta manera, las TIC apoyarán al profesor en el desarrollo de nuevas prácticas de enseñanza y la creación de ambientes de aprendizaje dinámicos y conectados, que permiten a estudiantes y maestros:

- Manifestar sus ideas y conceptos; discutirlos y enriquecerlos a través de las redes sociales;
- Acceder a programas que simulan fenómenos, permiten la modificación de variables y el establecimiento de relaciones entre ellas;
- Registrar y manejar grandes cantidades de datos;
- Diversificar las fuentes de información;
- Crear sus propios contenidos digitales utilizando múltiples formatos (texto, audio y video);
- Atender la diversidad de ritmos y estilos de aprendizaje de los alumnos.

Para acercar estas posibilidades a las escuelas de educación básica, se creó la estrategia Habilidades Digitales para Todos (HDT)¹, que tiene su origen en el Programa Sectorial de Educación 2007-2012 (PROSEDU), el cual establece como uno de sus objetivos estratégicos “impulsar el desarrollo y la utilización de tecnologías de la información y la comunicación en el sistema educativo para apoyar el aprendizaje de los estudiantes, ampliar sus competencias para la vida y favorecer su inserción en la sociedad del conocimiento”.

Los recursos educativos que se están generando desde este programa son los siguientes:

Portal de aula Explora

Es la plataforma tecnológica que utilizan alumnos y maestros en el aula. Ofrece herramientas que permiten generar contenidos digitales; interactuar con los materiales educativos digitales (Objetos de Aprendizaje (ODA), Planes de clase y Reactivos); y realizar trabajo colaborativo a través de redes sociales como blogs, wikis, foros y la herramienta de proyecto de aprendizaje. Así promueve en los alumnos, el estudio independiente y el aprendizaje colaborativo; mientras que a los docentes, da la posibilidad de innovar su práctica educativa e interactuar y compartir con sus alumnos, dentro y fuera del aula.

¹ Para ampliar información véase: SEP (2011) *Curso Básico de Formación Continua para Maestros en Servicio 2011. Relevancia de la profesión docente en la escuela del nuevo milenio*, pp. 100-124.



Objetos de aprendizaje (ODA)

Son materiales digitales concebidos para que alumnos y maestros se acerquen a los contenidos de los programas de estudio de Educación Básica, para promover la interacción y el desarrollo de las habilidades digitales, el aprendizaje continuo y logre autonomía como estudiante. Existe un banco de objetos de aprendizaje al que puede accederse a través del portal federal de HDT (<http://www.hdt.gob.mx>), o bien, en el portal de aula Explora. Los recursos multimedia incluyen: videos, diagramas de flujo, mapas conceptuales, interactivos y audios que resultan atractivos para los alumnos.

Aula telemática

Es el lugar donde se instala el equipamiento base de HDT, el hardware, el software y la conectividad del programa. Como concepto educativo, el Aula telemática es el espacio escolar donde se emplean las TIC como mediadoras en los procesos de aprendizaje y enseñanza.

Es en este espacio, concebido como un ambiente de aprendizaje, donde se encuentran docentes y alumnos con las tecnologías y donde comienzan a darse las interacciones entre docentes y alumnos, con el equipamiento y los materiales educativos digitales. No obstante, gracias a las posibilidades que ofrece la conectividad, estas interacciones se potencializan al rebasar los límites de la escuela y la comunidad; las redes sociales, utilizadas como un medio para el aprendizaje hacen posibles nuevas formas de trabajo colaborativo. El aula telemática se instala utilizando los modelos tecnológicos 1 a 30 en primaria y 1 a 1 en secundaria.

Plan de Clase de HDT

Los Planes de Clase sugieren a los docentes estrategias didácticas que incorporan los ODA, los libros de texto y otros recursos existentes dentro y fuera del aula. Son propuestas que promueven el logro de los aprendizajes esperados y que pueden ser modificadas para adaptarlas a las características de los alumnos, a las condiciones tecnológicas del aula y al contexto de la escuela.



INTRODUCCIÓN



f) Evaluación

El docente es el encargado de la evaluación de los aprendizajes de los alumnos de Educación Básica y por tanto, es quien realiza el seguimiento, crea oportunidades de aprendizaje y hace las modificaciones necesarias en su práctica de enseñanza para que los estudiantes logren los aprendizajes establecidos en el presente Plan y los programas de estudio 2011. Por tanto, es el responsable de llevar a la práctica el enfoque formativo e inclusivo de la evaluación de los aprendizajes.



El seguimiento al aprendizaje de los estudiantes se lleva a cabo mediante la obtención e interpretación de evidencias sobre el mismo. Éstas le permiten contar con el conocimiento necesario para identificar tanto los logros como los factores que influyen o dificultan el aprendizaje de los estudiantes, para brindarles retroalimentación y generar oportunidades de aprendizaje acordes con sus niveles de logro. Para ello, es necesario identificar las estrategias y los instrumentos adecuados al nivel de desarrollo y aprendizaje de los estudiantes, así como al aprendizaje que se espera.

Algunos de los instrumentos que pueden utilizarse para la obtención de evidencias son:

- Rúbrica o matriz de verificación;
- Listas de cotejo o control;
- Registro anecdótico o anecdotario;
- Observación directa;
- Producciones escritas y gráficas;
- Proyectos colectivos de búsqueda de información, identificación de problemáticas y formulación de alternativas de solución;
- Esquemas y mapas conceptuales;
- Registros y cuadros de actitudes de los estudiantes observadas en actividades colectivas;
- Portafolios y carpetas de los trabajos;
- Pruebas escritas u orales.



Durante el ciclo escolar, el docente realiza o promueve diversos tipos de evaluaciones tanto por el momento en que se realizan, como por quienes intervienen en ella. En el primer caso se encuentran las evaluaciones diagnósticas, cuyo fin es conocer los saberes previos de sus estudiantes e identificar posibles dificultades que enfrentarán los alumnos con los nuevos aprendizajes; las formativas, realizadas durante los procesos de aprendizaje y enseñanza para valorar los avances y el proceso de movilización de saberes; y las sumativas, que tienen como fin tomar decisiones relacionadas con la acreditación, en el caso de la educación primaria y secundaria, no así en la educación preescolar, en donde la acreditación se obtendrá por el hecho de haberlo cursado.

El docente también debe promover la autoevaluación y la coevaluación entre sus estudiantes, en ambos casos es necesario brindar a los estudiantes los criterios de evaluación, que deben aplicar durante el proceso con el fin de que se conviertan en experiencias formativas y no únicamente en la emisión de juicios sin fundamento.

La autoevaluación tiene como fin que los estudiantes conozcan, valoren y se responsabilicen tanto de sus procesos de aprendizaje como de sus actuaciones y cuenten con bases para mejorar su desempeño.

Por su parte, la coevaluación es un proceso donde los estudiantes además aprenden a valorar el desarrollo y actuaciones de sus compañeros con la responsabilidad que esto conlleva y representa una oportunidad para compartir estrategias de aprendizaje y generar conocimientos colectivos. Finalmente, la heteroevaluación dirigida y aplicada por el docente tiene como fin contribuir al mejoramiento de los aprendizajes de los estudiantes mediante la creación de oportunidades para aprender y la mejora de la práctica docente.

De esta manera, desde el enfoque formativo e inclusivo de la evaluación, independientemente de cuándo se lleven a cabo -al inicio, durante el proceso o al final de éste-, del propósito que tengan -acreditativas o no acreditativas- o de quienes intervengan en ella -docente, alumno o grupo de estudiantes- todas las evaluaciones deben conducir al mejoramiento del aprendizaje de los estudiantes y a un mejor desempeño del docente. La evaluación debe servir para obtener información que permita al maestro favorecer el aprendizaje de sus alumnos y no como medio para excluirlos.

En el contexto de la Articulación de la Educación Básica 2011, los referentes para la evaluación los constituyen los aprendizajes esperados de cada campo formativo, asignatura, y grado escolar según corresponda y los estándares de cada uno de los cuatro periodos establecidos: tercero de preescolar, tercero y sexto de primaria y tercero de secundaria.



INTRODUCCIÓN

Durante el ciclo escolar 2011-2012 se llevará a cabo en algunas escuelas una prueba piloto en donde se analizará una boleta para la educación básica que incluirá aspectos cualitativos de la evaluación. De sus resultados dependerá la definición del instrumento que se aplicará a partir del ciclo escolar 2012-2013.

Estándares curriculares

Los estándares curriculares son descriptores del logro que cada alumno demostrará al concluir un periodo escolar en Español, Matemáticas, Ciencias, Inglés y Habilidades Digitales. Sintetizan los aprendizajes esperados que en los programas de educación primaria y secundaria se organizan por asignatura-grado-bloque, y en educación preescolar se organizan por campo formativo-aspecto. Imprimen sentido de trascendencia al ejercicio escolar.

Los estándares curriculares son equiparables con estándares internacionales y, en conjunto con los aprendizajes esperados, constituyen referentes para evaluaciones nacionales e internacionales que sirven para conocer el avance de los estudiantes durante su tránsito por la Educación Básica, asumiendo la complejidad y gradualidad de los aprendizajes.

Los aprendizajes esperados y estándares constituyen la expresión concreta de los propósitos de la Educación Básica, a fin de que el docente cuente con elementos para centrar la observación y registrar los avances y dificultades que se manifiestan con ellos, lo cual contribuye a dar un seguimiento y apoyo más cercano a los logros de aprendizaje de los alumnos.

Cuando los resultados no sean los esperados, será necesario diseñar estrategias diferenciadas, tutorías u otros apoyos educativos para fortalecer los aspectos en los que el estudiante muestra menor avance.

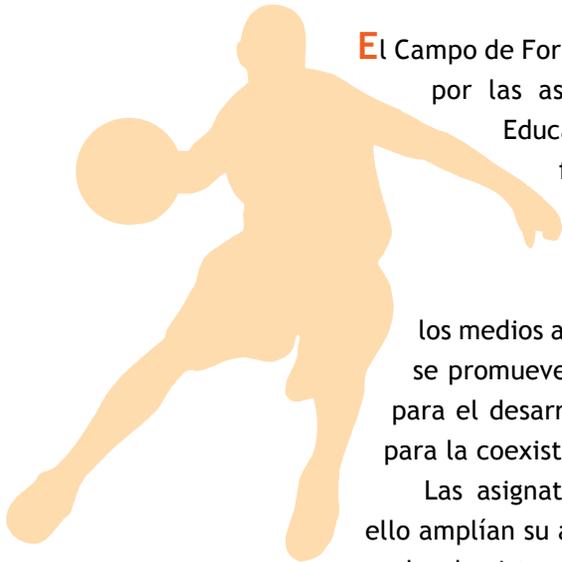
Asimismo, cuando un estudiante muestre un desempeño significativamente más adelantado de lo esperado para su edad y grado escolar, la evaluación será el instrumento normativo y pedagógico que determine si una estrategia de promoción anticipada es la mejor opción para él.



I. ENFOQUE DEL CAMPO DE FORMACIÓN



Enfoque del Campo de Formación



El Campo de Formación Desarrollo personal y para la convivencia integrado por las asignaturas Formación Cívica y Ética, Educación Física y Educación Artística, adquiere un significado primordial en la formación de las y los estudiantes que cursan la educación secundaria al ocuparse de la construcción de competencias para reconocerse a sí mismos como personas íntegras, para que sean capaces de vivir una vida saludable y cuenten con los medios adecuados para desenvolverse en su entorno social. Para ello se promueven aprendizajes en líneas articuladoras, la conciencia de sí para el desarrollo de su identidad personal y el de la interacción social para la coexistencia armónica.

Las asignaturas mencionadas comparten enfoques y propósitos, con ello amplían su ámbito de acción y propician un trabajo de integración, sin perder de vista su particularidad.

La Formación Cívica y Ética atiende la formación personal centrada en el autoconocimiento, el cuidado de sí y la autorregulación, y la formación social y política en la que se enfatiza la participación ciudadana, el sentido de justicia y la valoración de la democracia.

La Educación Artística promueve en los alumnos diversas experiencias estéticas a través de artes visuales, expresión corporal, danza, música y teatro. El pensamiento artístico se expresa en la sensibilidad, la percepción y la creatividad y el aprecio de la cultura como bien colectivo.



La Educación Física contribuye a la edificación de la competencia motriz, la creatividad, el autocuidado, el deporte educativo y la promoción de la salud; concibe la corporeidad como la conciencia que cobra el sujeto de sí mismo para comprender, cuidar, respetar y aceptar la entidad corporal propia y la de los otros; con estos aprendizajes propicia la construcción de la identidad personal y social, favoreciendo la equidad de género y la diversidad cultural y el uso positivo del tiempo libre.





Líneas articuladoras del campo

Aunque cada disciplina cuenta con su propia especificidad curricular, es posible identificar dos líneas articuladoras: la conciencia de sí y la convivencia en los procesos formativos comunes, los cuales concretan los propósitos señalados en el Informe Delors, el aprender a ser y el aprender a convivir.

La conciencia de sí engloba elementos del desarrollo personal como el autoconocimiento, la conciencia del cuerpo, las emociones, la autoaceptación, el desarrollo del potencial, la autorregulación y el cuidado de sí mismo.

Al promover valores para el trabajo en equipo, la cooperación, el juego limpio y la inclusión –ajenos al enfoque competitivo–, la Educación Física favorece la convivencia y la identidad democrática que supone el reconocimiento de la norma, la toma de acuerdos con base en el bien colectivo y la responsabilidad ante las decisiones tomadas.

Se promueve que las y los estudiantes reconozcan e integren su corporeidad al construir competencias en distintos ámbitos: motrices, de las artes, del juego y de la interacción con los demás. Vivenciar el propio cuerpo y hacer conciencia de la corporeidad supone el autoconocimiento, la construcción del esquema y la imagen corporal, por lo que se busca que exploren y desarrollen su potencial motriz y artístico a través del trabajo con la expresión y el control de las emociones para coadyuvar a la construcción de la identidad personal y de género, libre de prejuicios y estereotipos.

Es primordial que las y los estudiantes valoren la salud como un derecho y bien social, para lo cual se requiere que tomen conciencia del cuidado de sí mismos y el derecho a la protección, que practiquen actividad física habitual, cuidados para prevenir accidentes y hábitos alimentarios que les alejen de trastornos, enfermedades, adicciones y obesidad.

De igual forma, las asignaturas del campo señalan la necesidad de generar ambientes de aprendizaje seguros, en los que se experimente la comprensión, el debate razonado, la resolución no violenta de los conflictos y la búsqueda de acuerdos para encontrar salidas conjuntas que propicien la mejora de la vida personal, social y ambiental.

Es importante que los docentes fortalezcan su autoridad profesional con capacidad para preparar sus clases, presentar con claridad los contenidos y estimular el interés de las y los estudiantes por aprender, para ello se requiere mantener cercanía con los alumnos y el acompañamiento en su tránsito formativo.





Organización pedagógica de la experiencia de aprendizaje

Los principios pedagógicos de las asignaturas que integran el campo, orientan la planificación, la instrumentación didáctica y la evaluación de la experiencia de aprendizaje. En este apartado se plantean dichos principios generales y en el siguiente se ofrecen orientaciones específicas por bloque para su aplicación.

La integralidad. Incorporar una mirada global de las y los adolescentes considerando las características de esta etapa, sus condiciones de vida, los conocimientos, afectos, motivaciones, actitudes, valores, herencia familiar y cultural, así como la idea que tienen de sí mismos, el cuidado y aceptación de su entidad corporal.

El carácter significativo y vivencial. Vincular los procesos formativos y los aprendizajes esperados en este campo con la vida cotidiana de las y los adolescentes, con sus sentimientos, emociones, intereses y preocupaciones, así como con lo que ocurre en su entorno mediante el acercamiento crítico a situaciones problemáticas, la recuperación de saberes y experiencias previas y el aprendizaje a través de la práctica.

El carácter práctico y transformador. Orientar lo aprendido hacia la solución de problemas y el fortalecimiento de las capacidades personales para mejorar las condiciones del entorno y aportar a la construcción de un mundo mejor a través de la denuncia de injusticias, la acción organizada y la transformación de las condiciones adversas a la dignidad humana.

Énfasis en la persona. Colocar como centro de la experiencia educativa al alumno en tanto persona. Esto implica planificar una experiencia educativa en la que el docente incorpore su propia sensibilidad, propicie el trabajo con las emociones y promueva relaciones interpersonales cálidas, de confianza y de respeto; forje identidades individuales y colectivas sólidas, con base en la conciencia de la dignidad y los derechos humanos; propicie la construcción y la reconstrucción de la autoestima y evite la violencia.



ORGANIZACIÓN PEDAGÓGICA DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

Promoción de la **autonomía**. Generar situaciones de aprendizaje en las que el alumnado asuma la responsabilidad de su propio proceso formativo, para que actúe con libertad y decisión propia, autoevalúe su aprendizaje, construya su propia escala de valores y desarrolle la autonomía y el juicio crítico.

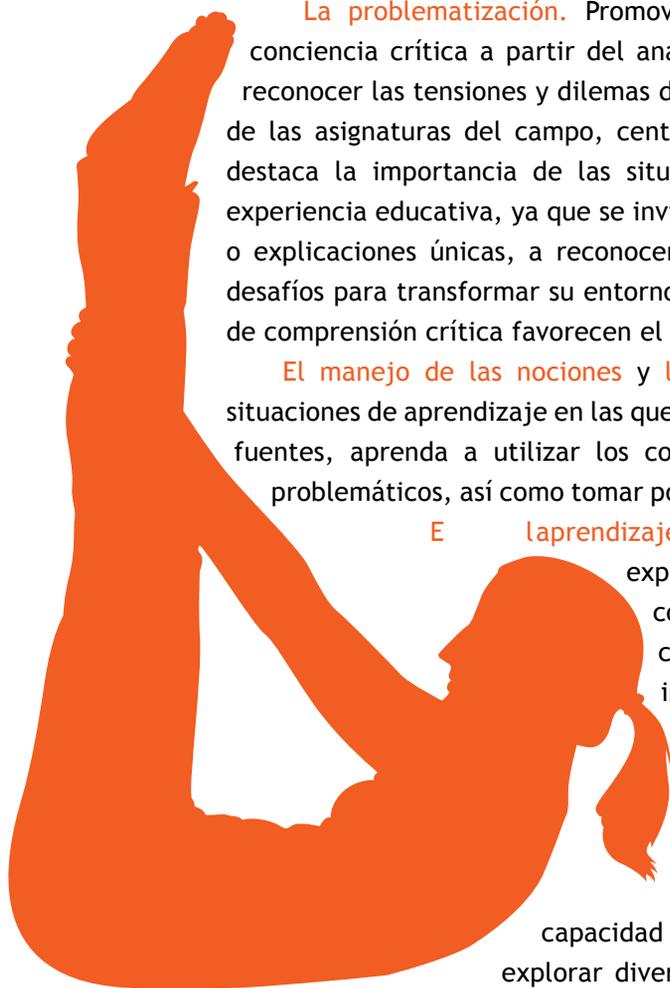
La comunicación efectiva. Emplear métodos dialógicos y construir experiencias de aprendizaje y ambientes formativos en los que se fortalezca la autoestima, la práctica del debate, la capacidad de argumentación, la escucha activa, la disposición a comprender lo que el otro plantea y a modificar sus propias posiciones al reconocer mejores argumentos y razones.

La problematización. Promover el desarrollo del juicio moral y de la conciencia crítica a partir del análisis de situaciones problema que permitan reconocer las tensiones y dilemas del entorno personal y social. En los enfoques de las asignaturas del campo, centrados en el desarrollo de competencias, se destaca la importancia de las situaciones problema como detonadoras de la experiencia educativa, ya que se invita a los alumnos a superar visiones neutrales o explicaciones únicas, a reconocerse como sujetos implicados y a plantearse desafíos para transformar su entorno. La pedagogía de la pregunta y las técnicas de comprensión crítica favorecen el logro de este principio.

El manejo de las nociones y la comprensión de la información. Generar situaciones de aprendizaje en las que el alumnado busque información en distintas fuentes, aprenda a utilizar los conocimientos para resolver dilemas y casos problemáticos, así como tomar postura y analizar críticamente la información.

El aprendizaje grupal y cooperativo. Desplegar una experiencia formativa que favorezca la cooperación, el aprendizaje grupal, la capacidad para la toma de decisiones individuales y colectivas, la construcción de consensos y la expresión de disensos, críticas y cuestionamientos.

El juego como medio educativo. Plantear situaciones que mantengan un carácter lúdico, lo cual implica el gozo, la capacidad de sentir y expresar afectos y emociones, de explorar diversas formas de interacción, de cooperación,



ORGANIZACIÓN PEDAGÓGICA DE LA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE

de llevar a otros niveles las capacidades comunicativas, creativas y físicas, además de que representa la oportunidad de lograr diversos aprendizajes de todas las asignaturas.

El autocuidado y la promoción de estilos de vida saludables. Incluir situaciones de aprendizaje en las que se fomente la responsabilidad en el cuidado de sí mismo, la autorregulación y el ejercicio responsable de la libertad. Esta conciencia se requiere complementar con el reconocimiento del derecho a ser protegido por su familia y por el Estado, pues toda persona tiene derecho a una vida saludable, a recibir cuidados para crecer y desarrollarse, a contar con información y orientaciones para prevenir riesgos y a ser atendido en caso de ser víctima de violencia o estar involucrado en una situación de riesgo. Se recomienda promover estilos de vida saludables e invitar al alumnado a evaluar su condición personal a la luz de éstos.

Fomentar la **creatividad**. Organizar experiencias educativas en las que se reconozca que la creatividad se desarrolla y se adquiere en todos los campos del currículo. Ésta implica la búsqueda de formas originales y novedosas de enfrentar o decidir sobre una situación o conflicto, o bien para expresar o compartir opiniones, ideas y sentimientos propios y ajenos.





Educación Física en la escuela secundaria, su aporte al campo

La Educación Física ha estado presente en la educación básica desde principios del siglo XX y ha tenido un cambio radical de enfoque en el siglo XXI al tomar la corporeidad y la motricidad como referentes de su acción educativa.

Los conceptos de **corporeidad** y **motricidad** son principios integradores del conocimiento, acción y expresión corporal humanos, y proporcionan las nociones básicas para la intervención pedagógica de la asignatura. La corporeidad de las y los estudiantes se expresa al transmitir emociones, mostrar sus intereses e interactuar con los demás. Por tanto, se manifiesta desde la identidad de la persona. Con respecto al movimiento, estas intenciones se exhiben mediante la motricidad, en distintos ámbitos de la acción humana y variadas situaciones de reto y convivencia al poner en juego ideas, sensaciones, emociones y sentimientos, así como en diversas conductas a través de las cuales el joven muestra su personalidad y hace suyos los desempeños motores.

Con este fundamento, la educación física promueve que el alumnado de la escuela secundaria viva la actividad física, la iniciación deportiva y el deporte escolar como una práctica placentera, y que a través de variadas estrategias didácticas, como los juegos motores, construyan aprendizajes para resolver problemas motrices y cognitivos. Se busca que sean capaces de analizar los distintos roles de su desempeño motriz, vinculando los procesos de pensamiento con la expresión, la actuación estratégica e identifiquen la importancia de la actividad física habitual y el uso adecuado del tiempo libre como prácticas permanentes para un estilo de vida activo y saludable. Además, se propician experiencias de aprendizaje para que las y los adolescentes que cursan este nivel educativo acepten su cuerpo y reconozcan su personalidad interactuando con sus compañeros al participar en actividades en las que pongan en juego la tolerancia y la serenidad frente a la victoria o la derrota; logrando la satisfacción por lo realizado personalmente y el gusto por el trabajo colectivo en contextos que favorezcan la colaboración, sin discriminaciones y alejada de la tendencia competitiva, lo cual permitiría una mejor convivencia y el reconocimiento a los demás.



Centrar la atención en el sujeto que se mueve implica inicialmente acercarse a conocer sus características de crecimiento y desarrollo como base indispensable para la planificación y desarrollo de la experiencia de aprendizaje.



II. LA EDUCACIÓN FÍSICA EN SECUNDARIA: NOCIONES, CAPACIDADES Y PRINCIPIOS FUNDAMENTALES



Características del alumno de secundaria desde la perspectiva de la Educación Física

Las y los estudiantes de secundaria están en una fase de cambio físico, psicológico y emocional. En ese proceso son sensibles y frágiles, pero reaccionan a todo lo positivo que se hace por ellos. Presentan cierta desarmonía en su crecimiento, más entre los varones que en las mujeres, sus piernas son más largas en proporción al tronco. Las mujeres se preocupan más por la estatura y su imagen personal. En general y de manera aproximada se puede considerar que:

A los 12 años las mujeres o adolescentes tienen crecimiento acelerado y los varones interés por la sexualidad y la propia anatomía. En ambos casos se presenta buen apetito, movimiento notable de manos y cierta exageración oral; manifiestan mucha actividad, cierto rebuscamiento en el vestir, quieren tener un estilo, ya tienen menos llantos que en edades anteriores; algunos poseen interés por la naturaleza; quieren a la familia, pero empiezan a buscar la compañía de los amigos fuera del hogar.

En la fase de habilidades motrices específicas (11-13 años) se producen mejoras en el rendimiento motor, es aquí donde se pueden consolidar las habilidades básicas adquiridas en la fase anterior.

A los 13 años en las jóvenes hay cierta disminución del ritmo de crecimiento, son más cuidadosas, dedican más tiempo al aseo y cuidado especial del cabello, tienden a reunirse con chicos de más edad; en los jóvenes de 13 años la voz se vuelve más grave y se agudiza el pudor; aparece cierto mal humor y repliegue hacia sí mismos, son menos sociables. En ambos casos hay más tranquilidad y a veces tristeza con actitud que puede ser vista como negativa y con menos comunicación. Pueden decepcionarse y deprimirse fácilmente al sentirse heridos; les gustan las actividades físico-deportivas pues sienten que ahí pueden expresarse con mayor libertad.



CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNO DE SECUNDARIA DESDE LA PERSPECTIVA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

A los 14 años las chicas poseen un cuerpo prácticamente definido; hay madurez de las características sexuales secundarias; se interesan por los aspectos sociales del sexo y por aspectos más complejos de la reproducción, aparece interés por los chicos. Los chicos en cambio, tienen un aspecto más infantil, están en un periodo de transición, tienen un crecimiento rápido y se inquietan por el frecuente sudor en las axilas; las eyaculaciones nocturnas y masturbación dan lugar a sentimientos de culpabilidad, se lavan y bañan con menos gusto que las chicas; presentan algunas dificultades cutáneas y levantarse empieza a ser difícil; pueden volverse irritables, pero de nuevo son más sociables y enérgicos. Existe espíritu de competencia y deseo de hacer bien las cosas; hay crítica a los padres, a veces se incomodan con la familia y quieren romper y afirmar su independencia; forman grupos de amistades basados en intereses comunes.

84



A los 15 años en las chicas aparece el redondeamiento de las formas. Por su parte en los varones se observa el desarrollo de la fuerza; aparece el vello delante de las orejas, barba y bigote; se interesan por las chicas y por los aspectos sociales. Ambos sexos tienen cada vez más cuidado de su cuerpo; hay movimientos de los dedos y notable expresión verbal, pero también pueden mostrarse apáticos e indiferentes y replegados en sí mismos, hay notable progreso en el cuidado de la ropa y, dependiendo de la influencia, las tareas familiares pueden ser consideradas como un hecho consumado. Los gustos y los intereses individuales se concretan; se alejan de sus padres y a veces les cuesta aceptar demostraciones afectuosas por parte de ellos.

A los 16 años se manifiesta en las mujeres afinamiento de los rasgos de madurez y son responsables y capaces de decidir en sus relaciones con los varones porque ya pueden ser maduras en sus sentimientos. Los chicos tienen un crecimiento casi acabado y muestran interés creciente por las chicas, algunos ya se afeitan. Ambos asumen sus responsabilidades en cuanto a la propiedad personal; disminuye la tensión general, son tranquilos y distendidos, responsables en el cuidado de su ropa y orden de su habitación. Se vuelven más tolerantes, poseen sentido del yo independiente; mejoran las relaciones con la familia pero prefieren la compañía de los amigos a la de los padres; se vuelven protectores de hermanos y hermanas menores y tienen buen entendimiento con los mayores. Los amigos son considerados como un factor muy importante en su vida.



CARACTERÍSTICAS DEL ALUMNO DE SECUNDARIA DESDE LA PERSPECTIVA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Los alumnos que cursan el primer ciclo de la educación secundaria (ente los 12 y los 13 años), en su mayoría han concluido el desarrollo de las habilidades y destrezas motrices básicas y se encuentran en un momento óptimo para iniciar el desarrollo de las habilidades específicas. A partir de los 14 años en adelante, etapa en la que está el estadio especializado, se produce una mejora de la competencia motriz y de la eficacia motriz; de los 14 a los 16 años se da el desarrollo de un número importante de habilidades específicas las cuales tienen implícito un objetivo de efectividad, eficiencia y rendimiento y están centradas en la consecución de metas concretas, conocidas y bien determinadas. Las capacidades motrices implican, además de la percepción y la coordinación, un alto grado de capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad), en educación física se manifiestan en todas aquellas acciones motrices que se despliegan en el juego motriz, la iniciación deportiva, el deporte educativo, las actividades en el medio natural, las actividades de expresión y del rendimiento físico, entre otras.





Nociones y capacidades en Educación Física

El enfoque de la Educación Física en la educación secundaria propone el desarrollo de competencias para lo cual favorece aprendizajes de conocimientos, tanto declarativos como procedimentales, habilidades y destrezas, así como actitudes y valores, con el fin de integrar la corporeidad del estudiantado a través del trabajo educativo de la motricidad en distintos ámbitos: el funcional, el expresivo, el psicomotor, el lúdico, la iniciación deportiva y el deporte escolar.

86



El enfoque global de la motricidad que orienta la didáctica de la Educación Física enfatiza que el estudiante es el actor principal de sus aprendizajes. Al explorar y vivenciar experiencias motrices proyecta conductas e interacciones con sus compañeros, confiriendo un sentido y haciendo conscientes sus desempeños. Vista así, la motricidad se vincula directamente con la integración de la corporeidad. Al desarrollar sus habilidades y destrezas motrices, en un entorno en donde el estudiantado comparte sus experiencias con otros compañeros, se favorece una forma de convivencia que genera relaciones asertivas de colaboración mutua.

La asignatura propone el desarrollo de tres competencias: integración de la corporeidad, la expresión y realización de desempeños motrices sencillos y complejos, así como el dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas. En concordancia se promueven tres ejes pedagógicos que dirigen la planificación y didáctica de la asignatura: *el significado del cuerpo*; los *desempeños de la motricidad inteligente* y *la acción motriz con creatividad*.

Mediante el eje pedagógico *el significado del cuerpo* se propician aprendizajes para la percepción y el funcionamiento del cuerpo, el conocimiento del potencial y sus límites, así como el desarrollo de la conciencia corporal.

Por su parte los ejes pedagógicos sobre los desempeños motrices promueven aprendizajes para que las y los estudiantes identifiquen las diferentes situaciones motrices en las que se despliega el pensamiento estratégico; se reconoce la motricidad como la suma de actuaciones inteligentes, creadas y desarrolladas con base en las necesidades de movimiento, seguridad y descubrimiento de las y los estudiantes, las cuales se manifiestan de manera particular en la sesión y en las acciones de su vida cotidiana.



NOCIONES Y CAPACIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

El programa establece tres ámbitos: **Salud y vida sana**, **Competencia motriz e Iniciación deportiva** y **deporte escolar**, éstos delimitan la acción de la educación física en el contexto escolar y sustentan pedagógicamente la actuación del docente, dando sentido y dirección a las actividades que se desarrollan en las sesiones.

El ámbito **Salud y vida sana** propone favorecer el desarrollo personal del estudiantado a través de la adquisición de hábitos para que adquieran la conciencia crítica y la autonomía necesaria que les permita mejorar y controlar su propia salud.

En las sesiones de educación física se promueve:



- Una forma de ser, pensar y actuar que favorezca un estilo de vida para que niños, niñas y jóvenes desarrollen hábitos de alimentación, higiene y actividad física.
- El desarrollo humano a través de un estilo de vida saludable, superando la visión de mero entretenimiento, descanso compensatorio de otras asignaturas, práctica deportiva o el ejercicio para obtener un cuerpo estético.
- La calidad de vida, la prevención de enfermedades y riesgos en la comunidad, el cuidado del medio ambiente, dieta sana y nutrición; acciones ante emergencias propias de la actividad física y la mejora postural ante los problemas más frecuentes derivados de la vida cotidiana.
- El aumento de la actividad física habitual vinculado al trabajo con actitudes y valores para superar el sentido de competencia y no forzar innecesariamente el incremento de los niveles de condición física.
- El conocimiento de aspectos conceptuales y habilidades para que la o el estudiante pueda diseñar su propio programa de actividad física y salud.
- Una conciencia crítica para lograr autonomía y responsabilidad ante la práctica de actividad física y salud.
- La toma de conciencia de sí mismo para ser un consumidor crítico y tomar decisiones que favorezcan su salud ante los productos, programas, imágenes y símbolos promovidos por los medios.



NOCIONES Y CAPACIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

Para ello se requiere que el docente:

- Promueva el tema de la salud en las secuencias didácticas como componente curricular del campo Desarrollo personal y para la convivencia, articulado como tema transversal de más de una asignatura.
- Trabaje creativamente para incorporar los contenidos propios de la motricidad en sus distintos ámbitos: funcional, psicomotor, expresivo, ludomotor y el de iniciación deportiva y deporte educativo, a fin de vincularlos con la salud sexual y reproductiva, los problemas de salud pública, la drogadicción, alcoholismo, estrés y depresión, entre otros.
- Diseñe ambientes de aprendizaje propicios, utilizando materiales y espacios, así como estrategias didácticas, materiales educativos digitales y las herramientas de colaboración que le ofrece el portal de aula Explora, aplicadas a la temática de salud como los juegos modificados, formas jugadas, juegos cooperativos, rallys, el manejo de temas en acantonamientos, campamentos, etcétera.
- Promueva iniciativas de promoción y cuidado de la salud en el desarrollo extracurricular que vinculen a la escuela con la comunidad. En este sentido es necesario involucrar al personal escolar en su conjunto, a las familias y otras instituciones sociales para impulsar programas de actividad física y salud. Devís Devís propone: “El día de la actividad física saludable”, “la semana de los estilos de vida activos”, “las escuelas activas”. (J. Devís, 2000: 4).

Para promover el ámbito de la *competencia motriz*, se requiere que el estudiantado:

- Construya aprendizajes para dar sentido a su acción motriz de una manera eficaz al interpretar mejor las actuaciones que se requieren y utilizar los recursos con que cuenta para resolver las tareas y los problemas motrices que se le presentan.
- Aprenda el procedimiento para realizar una tarea (saber hacer), aplicarlo en la resolución de problemas y diversas situaciones motrices (saber actuar), y asumir conductas y valores de compañerismo, respeto a la norma y a la convivencia armónica (saber desempeñarse).
- Vivencie y explore sus capacidades y habilidades cinéticas para fortalecer la confianza en sus propios desempeños.
- Aprenda progresivamente a tomar decisiones, tomando conciencia de su acción, reconociendo y verbalizando los procedimientos empleados para realizar la secuencia motriz de la manera más adecuada.



NOCIONES Y CAPACIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Adquiera el sentimiento de ser competente y la confianza sobre sus desempeños motrices, reconociendo sus limitaciones y posibilidades, además de ser capaz de ajustar y regular su acción motriz de acuerdo con las diferentes situaciones, así como evaluar las consecuencias de su actuación.
- Sea capaz de vincular y aprovechar los aprendizajes de la motricidad al desarrollo de conocimientos, habilidades y valores que se propician en otras asignaturas de este nivel educativo.

Para ello el docente debe orientar procedimientos didácticos con el fin de:

- Aumentar la cantidad y variedad de experiencias motrices para recuperar los aprendizajes adquiridos previamente en el proceso de cimentar la competencia motriz a través de la exploración y reconocimiento de los patrones básicos de movimiento.
- Promover una práctica variable, abundante y motivante para afinar y consolidar los patrones básicos de movimiento de una manera que estimule la participación del estudiantado, ello se fortalece con situaciones de aprendizaje basados en la resolución de problemas, así como en afrontar retos y desafíos.
- Poner en juego la mayor cantidad de recursos perceptivos y las habilidades motrices básicas adquiridas en el desarrollo de la motricidad global para favorecer el desarrollo de una motricidad más compleja a través del trabajo con las habilidades específicas en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte escolar.
- Favorecer que las y los adolescentes, al tiempo de consolidar su competencia motriz, integren y se identifiquen con su corporeidad.



NOCIONES Y CAPACIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

El ámbito de iniciación deportiva y deporte escolar se considera fundamental, puesto que favorece la interacción social de las y los adolescentes al poner en juego actitudes y valores dentro del juego deportivo. Esta etapa formativa se orienta hacia un enfoque dinámico de la iniciación deportiva y el deporte escolar para incentivar y canalizar adecuadamente el disfrute y las inquietudes de las y los adolescentes hacia la práctica deportiva, priorizando el respeto a sus características de crecimiento y desarrollo, así como a sus deseos; haciendo prevalecer el sentido colaborativo propio de una convivencia democrática. Para ello se requiere que el docente diseñe procedimientos didácticos para:

- Priorizar aprendizajes diversos y polivalentes basados en el desarrollo de conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores para saber desempeñarse en el juego y el deporte escolar, y generalizar estos saberes a la vida cotidiana.
- Promover la mayor cantidad de recursos perceptivos y las habilidades motrices abiertas o básicas (caminar, trotar, lanzar, atrapar y transportar, entre otros), para favorecer paulatinamente el desarrollo de las habilidades motrices más complejas y poder resolver problemas con alto grado de incertidumbre, así como adecuar las respuestas motrices a un espacio cambiante.
- Para el desarrollo de las habilidades motrices cerradas o específicas es conveniente empezar con actividades en espacios y situaciones estables, con respuestas previstas encaminadas a consolidar los patrones motores y estimular el pensamiento táctico y estratégico para la toma de decisiones en la acción motriz y la mejora de algunas capacidades funcionales como la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad.
- Propiciar el juego limpio y canalizar la competencia de manera asertiva a través de los juegos de cooperación y oposición; el sentimiento de vencer obstáculos, conocerse o enfrentarse consigo mismo, favorecer el sentimiento de superación, aprender del triunfo y de la derrota y en colaboración con los otros.
- Considerar una secuencia de trabajo con juegos modificados, juegos cooperativos para llegar a la iniciación deportiva y al deporte escolar.



NOCIONES Y CAPACIDADES EN EDUCACIÓN FÍSICA

- Promover los juegos modificados y ajustarlos de acuerdo con los propósitos educativos, las características e interés del estudiantado para propiciar que desarrolle sus habilidades motrices básicas en espacios diversos, valore sus desempeños, experimente la naturaleza del juego deportivo (la cooperación-oposición) y reconozca los reglamentos.
- Promover los juegos cooperativos cuya finalidad principal es valorar el trabajo en equipo y desarrollar habilidades para solucionar problemas colaborativamente.
- Favorecer la iniciación deportiva diversificando la práctica con distintas actividades y proponer formas alternativas para desarrollar el pensamiento estratégico (aclarar y precisar los movimientos personales dentro de la zona en que se desarrolla la actividad, el conocimiento de recorridos y trayectorias, con o sin implementos y la actuación estratégica (colocación en la zona de juego) lo cual conlleva la depuración de los patrones de movimiento.
- Desarrollar una vigorización física a través de valorar y practicar un estilo de vida saludable, reconociendo la actividad física habitual como un requisito ineludible para integrar su corporeidad y contrarrestar el sedentarismo tanto en actividades escolares como en el uso del tiempo libre.
- Aprovechar como recurso pedagógico el gusto que experimenta el estudiantado en las actividades lúdicas diversas, la iniciación deportiva y el deporte escolar para incentivar el reconocimiento de las habilidades propias y las de los otros, promoviendo la participación de todos y manifestándose en contra de prácticas excluyentes de los menos hábiles.

Con ello la iniciación deportiva puede contribuir a una integración del escolar a la práctica deportiva basada en la seguridad en sí mismo, al reconocer y valorar sus propios desempeños motrices; así como a un mejor desarrollo personal y social al ser capaz de autorregular sus acciones promoviendo prácticas placenteras, respetuosas e incluyentes.





Principios pedagógicos de la asignatura

El enfoque de la Educación Física en secundaria se basa en ejes pedagógicos a partir de los cuales se organiza la experiencia formativa de las y los estudiantes que cursan este nivel educativo, considerando la planificación, la didáctica y la evaluación del proceso de aprendizaje.

a) Las nociones de corporeidad y motricidad y el principio pedagógico de la educación física de *significar el cuerpo*, afirman una concepción integral del ser, para la didáctica, supone:

- Experiencias de aprendizaje integradoras, que incluyan a todos los alumnos desde su identidad corporal.
- Sesiones donde se ponga en juego lo físico, emocional, mental, espiritual, cultural, social y familiar de las y los estudiantes, sin ningún tipo de exclusión.
- Actividades donde el aprendizaje sea orientado y útil porque tiene un significado auténtico para cada alumno, no sólo para el maestro.
- Creatividad: experimentando, descubriendo, imaginando, probando, generando y eligiendo desafíos significativos que le proporcionen habilidades para la vida.
- Los docentes deberán comprender y experimentar el concepto de corporeidad en la vida cotidiana, para que entiendan cómo el alumnado puede integrarla involucrando actividades en las cuales se manifiesten todos los aspectos de su personalidad.
- Contemplar la dimensión socio-afectiva que se manifiesta en las emociones, las sensaciones, el lenguaje oral, la expresividad y las conductas lúdicas.
- Incidir en la formación de valores, reconocer la interculturalidad, la diversidad, la inclusión, el respeto y aprecio por el otro a través de experiencias formativas que se favorecen con el juego motor, en la iniciación deportiva y en el deporte escolar.
- Vincular los aprendizajes con las asignaturas del campo, con la educación artística, a través de la experiencia estética favoreciendo la expresión y comunicación de sensaciones y emociones y reflexionar sobre el arte y los valores universales. De igual forma con la formación cívica y ética, promoviendo la formación social y política y la participación ciudadana, el sentido de justicia y la valoración de la democracia.
- Considerar estrategias didácticas que favorezcan la expresión y comunicación de emociones,



PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA ASIGNATURA

sentimientos, ideas, entre otras: El itinerario didáctico rítmico, representación lúdico-circense, cuento y fábula motora, juego simbólico, actividades de expresión corporal y polirritmia.

b) *El desempeño* y *la motricidad inteligentes*, en referencia al movimiento consciente y razonado, implica comprender los procesos corporales, cognitivos, afectivos y de interrelación. Este eje pedagógico destaca saber convivir, practicar el juego limpio, aprender del triunfo y de la derrota, respetar las normas de convivencia en las prácticas corporales y juegos, además del planteamiento y solución de problemas motrices.

Las habilidades motrices ocurren siempre de manera situada en un contexto, por lo que la relación directa con sus componentes: Las reglas, el móvil¹, el tiempo y el área de trabajo suponen siempre el aprendizaje de actitudes y la vivencia de los valores que le dan sentido y significado a los desempeños.

Reconocer el carácter significativo, vivencial y diversificado de los aprendizajes, implica para la acción didáctica:

- Partir de los saberes, intereses, motivaciones y expectativas de las y los estudiantes, reconociendo sus cualidades y posibilidades motrices a fin de vincularlas con su vida cotidiana, con sus ideas, actitudes y valores, así como con lo que ocurre en su entorno.
- Promover una práctica diversa para favorecer distintos tipos de desempeños y ampliar e incrementar las experiencias de aprendizaje a través de la variabilidad de la práctica con el manejo del espacio, los compañeros, los implementos y el tiempo.
- Propiciar juegos en donde el alumnado explore posibles resultados propiciando acciones cada vez más complejas y construir competencias orientadas a la motricidad inteligente.
- Contemplar estrategias didácticas variadas y fomentar el acercamiento crítico con el entorno mediante el análisis de situaciones problema que implique la reflexión que permita al o la estudiante conocer lo que está aprendiendo (saber), desarrollar habilidades (saber hacer), aplicarlo a distintas situaciones o problemas (saber actuar) y asumir conductas y valores (saber desempeñarse). En suma, aprender a aprender y buscar soluciones motrices razonadas en diferentes espacios, tiempos y formas.

¹ Acciones que se realizan para determinar el movimiento más adecuado, ejemplo: capturar, descubrir los planes del oponente, evadir, etcétera.



PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA ASIGNATURA

C) El principio pedagógico *la acción motriz con creatividad*, para la didáctica, implica:

- Experiencias formativas con base en retos, desafíos y solución de problemas en donde se exploren formas creativas de solución. Se trata de favorecer una forma de razonar en la cual cada alumno vea diferentes aspectos o maneras de afrontar dilemas y resolver problemas, aprenda a ser flexible en sus planteamientos y organizarlos desde múltiples opciones.
- Se debe procurar que el estudiantado organice de mejor manera su tiempo libre y le otorgue un lugar privilegiado al hecho de vivir con creatividad.
- Favorecer ambientes adecuados para el aprendizaje, los cuales deben ser participativos, incluyentes, dotados de aprecio por las acciones de los otros compañeros y enmarcados por el respeto a sí mismo y a los demás.
- Considerar que el juego motor es el principal medio didáctico porque proporciona a las y los estudiantes un espacio para expresar afectos y emociones, les produce el gozo de una actividad en donde se manifiestan de manera espontánea y es una vía privilegiada para desarrollar variados aprendizajes, lo cual contribuye de manera significativa al reforzamiento y vinculación con los contenidos de otras asignaturas. Así mismo, se considera un medio de aprendizaje fundamental; sus cualidades resaltan al permitir una situación donde el alumnado reconoce sus propias posibilidades de comprensión y ejecución. Por lo que se sugiere al docente estimular el acto lúdico para aplicarlo en su ámbito familiar y en su tiempo libre. Asimismo, promover y revalorar los juegos tradicionales y los autóctonos u originarios para inducir el conocimiento, la apreciación, la identificación y la valoración de la diversidad cultural como medio para preservarla.



PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA ASIGNATURA

Es necesario señalar el papel fundamental del docente como guía de la experiencia de aprendizaje por lo que se sugiere promover:

- -Intervenciones didácticas acordes con la etapa de crecimiento y desarrollo e interés de las y los estudiantes.
- -Motivar y despertar el deseo de las y los estudiantes por la actividad física como medio de aprendizaje y placer.
- -Favorecer metodologías de intervención no directivas y de participación del alumnado.
- -Desarrollar una práctica docente reflexiva como medio para mejorar la tarea educativa.





Orientaciones para la evaluación formativa

La evaluación en educación física tiene una función de regulación de los aprendizajes. Es un elemento de los procesos de enseñanza y aprendizaje necesario para tomar decisiones que permitan recorrer dichos procesos con éxito. Centra su acción en los tres protagonistas del proceso educativo: el alumnado, el proceso y el docente.

La evaluación del alumnado consiste en constatar la adquisición de los aprendizajes esperados de la asignatura. Ésta se consigue analizando los elementos que intervienen en la consecución de las intenciones educativas. La evaluación del docente se realiza principalmente para orientar y estimular la formación permanente. La finalidad última de la evaluación es la regulación del aprendizaje, para lo cual se tienen presentes los componentes que articulan y el proceso de aprendizaje de los alumnos.

Hay tres momentos clave en la evaluación:

- La evaluación inicial que sirve como punto de partida para ubicar las condiciones reales de desarrollo en que se encuentra el alumnado con respecto a sus saberes, pensamientos y desempeños motrices.
- La evaluación formativa, referida al aporte de información que permite a las y los estudiantes tener más claridad de la intención pedagógica, saber de qué manera se realizará a lo largo del curso. Se propone facilitar la regulación del aprendizaje sin intención de sancionar al alumno; para ello se requiere conocer los aprendizajes logrados y las posibles dificultades que tiene y motivarlo para superarse. Del mismo modo es necesario valorar la acción docente y la eficacia de la metodología utilizada para orientar los aprendizajes.
- La evaluación sumativa se realiza al final del proceso para comprobar cómo se han logrado los aprendizajes esperados. El carácter formativo de la evaluación no excluye la posibilidad de calificar. La observación sistemática del nivel de desempeño, permite al docente tomar decisiones respecto a cómo orientar el proceso de aprendizaje en cada caso específico, al tiempo que le brinda información para asignar una calificación



ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN FORMATIVA

La evaluación está basada en criterios, con lo que es posible determinar los aprendizajes alcanzados por los estudiantes comparando los avances conseguidos; es de carácter formativo, ya que los criterios establecidos sirven de referencia para dar seguimiento al trabajo y al aprendizaje del alumnado, además de reorientarlo y regularlo. De igual forma, esta evaluación facilita la comprobación de los resultados y permite elaborar los informes correspondientes. También garantiza al estudiantado las mismas experiencias educativas y la atención a su diversidad.

En este enfoque, la autoevaluación del alumnado es indispensable porque favorece el desarrollo de competencias para impulsar la continuidad de su proceso formativo y para que reconozca sus logros y nuevos retos.

La coevaluación (entre compañeros) genera confianza y es útil porque proporciona los indicadores que se construyen grupalmente, referidos al nivel de desarrollo próximo esperado.

Para que estos ejercicios de evaluación compartida realmente sean favorables a la tarea educativa, se requiere que el docente y el estudiantado tengan claridad sobre los aprendizajes esperados y los criterios que delinearán la evaluación. El docente se convierte en un acompañante que participa y aporta su mirada pedagógica a lo largo del proceso formativo.

Es importante que el docente antes de realizar la evaluación tenga claro el aspecto que se va a evaluar (cognitivo, social, afectivo o motor), determinar qué es lo que quiere evaluar en cada caso, cómo lo hará y con qué instrumentos.

Considerando que en la evaluación formativa interviene el factor de la subjetividad, es muy útil conocer y utilizar instrumentos que dan mayor certidumbre y facilitan la tarea.

Cuando la evaluación se dirige a la observación del comportamiento motor, los instrumentos aconsejables son: Registro anecdótico (descripción de hechos y conductas destacadas), listas de control (relación de conductas motrices que deben observarse), escalas de clasificación (pueden ser numéricas, en las que se asigna un valor de acuerdo con el desempeño motriz, para señalar el nivel de desempeño).



ORIENTACIONES PARA LA EVALUACIÓN FORMATIVA

El docente define los criterios para valorar los desempeños del estudiante en la secuencia didáctica, éstos pueden ser comunes a todas las secuencias que integran el bloque o pueden variar de acuerdo con la intención pedagógica, para ello es posible recurrir al uso de varias estrategias: observación, muestras de desempeño, tareas o proyectos, exposiciones, portafolio, entrevistas, rúbricas, bitácoras y autoevaluación. No obstante, lo relevante es determinar la relación entre la elección de una estrategia y el logro de los aprendizajes.

Para asentar las calificaciones en escalas numéricas, se propone:

- Considerar valoraciones que de acuerdo con los alumnos permitan expresar sus logros.
- Asignar porcentajes para el nivel de aprendizaje alcanzado en lo conceptual, procedimental y actitudinal.
- Valorar el desarrollo de las habilidades motrices considerando la duración y la cantidad de prácticas realizadas durante las sesiones de la secuencia didáctica correspondiente.
- Ponderar las actitudes con criterios claros (observaciones realizadas respecto a la participación del alumnado, la colaboración, el trabajo en equipo, entre otros).
- Acompañar la calificación de un informe que incluya recomendaciones para la mejora de los niveles alcanzados.



III. DESARROLLO DE HABILIDADES DIGITALES



Desarrollo de Habilidades Digitales

La incorporación de las tecnologías de la información y la comunicación en el campo de formación Desarrollo Personal y para la Convivencia, supone la posibilidad de generar ambientes de aprendizaje que utilicen medios y modalidades que contribuyan al desarrollo del alumno como persona y como ser social, cercanas a las que utiliza en ambientes extraescolares.

Herramientas como el procesador de textos, el presentador de diapositivas y las redes sociales, permiten a las personas crear, compartir, publicar, colaborar y poner a discusión, textos propios que incorporan recursos multimedia y donde podrán poner a discusión y análisis diferentes puntos de vista en los que se vea reflejada la pluralidad de ideas, el respeto a la diversidad, participación ciudadana, etc. Esta posibilidad tecnológica, cuando el profesor la conoce e incorpora habitualmente a sus actividades, promueve paralelamente tanto las competencias del Desarrollo Personal y para la Convivencia, como el desarrollo de habilidades digitales en el alumno y el profesor.

Adicional a estas herramientas, el profesor puede utilizar también materiales educativos digitales, que ofrecen propuestas didácticas que toman como punto de partida los aprendizajes esperados del programa de estudio. Estos materiales, aprovechan los recursos expresivos de las imágenes fijas y en movimiento, del video y del audio, para presentar escenarios y situaciones de aprendizaje donde puede realizar actividades que le permitan promover la creación del pensamiento artístico, la convivencia, promoción de la salud, cuidado de sí y acercarse a la diversidad cultural y lingüística del país.

Cuando el alumno y profesor interactúan con estos materiales digitales de forma cotidiana, no sólo se logra que los alumnos tengan aprendizajes significativos, sino que se les introduce al manejo de la tecnología, se familiariza con las nuevas formas de construir, estructurar y navegar por estos nuevos medios.

En secundaria, el aula Telemática dispone del portal de aula Explora, software que responde a las necesidades de comunicación y colaboración entre docentes y alumnos en



entornos colaborativos; además de un banco de materiales educativos digitales y dispositivos que son parte del equipamiento, juntos crean ambientes que facilitan la adquisición y desarrollo de habilidades digitales en situaciones de aprendizaje.

El portal de aula Explora, está diseñado de tal forma que los entornos sean parecidos a la organización escolar por ciclos lectivos, grados, grupos y asignaturas del programa de estudios vigente. Veamos a continuación las herramientas y recursos con los que cuenta:

- Wiki, Blog, Foro y Encuestas. Herramientas con las cuales el docente puede llevar una comunicación y trabajo colaborativo con los alumnos, ya sea construyendo en grupo un concepto y/o definición en una wiki, creando y dando seguimiento a un blog de alguna temática relacionada con la asignatura, desarrollando y moderando un tema dentro de un foro de opinión o generando encuestas. Si bien este tipo de herramientas se encuentran disponibles ya en gran medida en internet, se busca que tanto alumnos como docentes puedan hacer uso de estas con el fin de enriquecer la práctica educativa y ejercer un uso responsable en los medios digitales.
- Ligas, Lecturas y Documentos. Espacios que tienen la finalidad de compartir información y archivos entre docentes y alumnos, sean enlaces de internet (ligas) que considere pertinente el docente, lecturas en línea y archivos que se carguen dentro de la plataforma según los grupos y asignaturas.
- Tareas. Herramienta con la cual el docente puede generar una tarea a llevar a cabo y asignarla, las cuales contienen una descripción y vigencia específica, son vistas por los alumnos cuando inician sesión y se puede consultar en el apartado correspondiente a cada asignatura.
- Calendario y Directorio. El calendario es el lugar dentro de la plataforma donde los docentes pueden crear eventos de importancia, ya sea para sus grupos de alumnos o la comunidad escolar; en el directorio se almacenan los datos de contacto de personas con los que comparten información.



- **Asistente para clases.** Es el vínculo de la plataforma con los bancos de materiales, con un funcionamiento muy parecido al de una presentación de diapositivas, el docente puede incluir imágenes, documentos, texto y los objetos de aprendizaje que considere en su planeación, a estas presentaciones se les llama clases, las cuales se pueden guardar dentro de la plataforma y exportar de tal manera que el docente pueda consultarlas en cualquier computadora.

Una característica importante del portal de aula Explora es que al ser pensada como una herramienta de trabajo colaborativo, tanto docentes como alumnos deben de iniciar una sesión dentro de la plataforma, esto con el fin de tener una identidad dentro de las actividades y secuencias diseñadas por el docente. Después de iniciada la sesión, alumnos y docentes tienen acceso a las herramientas de colaboración y materiales que se les hayan asignado, según el ciclo escolar, grado, grupo y asignatura(s).

De lo anterior se observa que la tecnología utilizada como un recurso didáctico, tiene un enorme potencial en el espacio escolar, sin embargo, también requiere una actitud responsable y consciente de los riesgos que implica. En la escuela, se requiere fomentar entre los alumnos una cultura de uso de tecnologías sustentada en valores como la ética, la legalidad y la justicia. El papel del profesor es fundamental para el cumplimiento de este objetivo. Un portal que apoya con información, sugerencias y recursos que apoyan la construcción de esta ciudadanía es Clic Seguro (www.clicseguro.sep.gob.mx), pues contempla, no sólo que los estudiantes tengan acceso y sepan manejar las tecnologías necesarias para vivir y trabajar en el Siglo XXI, sino que aprendan a usarlas para convivir armónicamente sin arriesgar su integridad o la de otros y procurando que sus experiencias en el ciberespacio sean lo más agradables y seguras posibles.

Para aprovechar los recursos disponibles en el Aula Telemática durante el tiempo de clase, es necesario que considere:

Previamente

- Revisar los programas de estudios y ubicar el aprendizaje esperado.
- Revisar los materiales educativos que pueden utilizarse durante la situación de aprendizaje que esté diseñando. Revise varios, explore y consulte el Plan de Clase sugerido.



- Diseñar la sesión de aprendizaje, teniendo como guía los aprendizajes esperados, los materiales digitales o impresos que utilizará, el momento adecuado para trabajar con Explora, así como la forma de evaluación.

Durante la sesión:

- Preparar el equipo de cómputo para el trabajo con el grupo (PC, equipos de alumnos, proyector, pizarrón, etc.).
- Adaptar la planeación que diseñó, de acuerdo a la respuesta y necesidades del grupo.
- Cerrar la sesión de aprendizaje con un ejercicio de integración o una actividad de evaluación.
- Apagar y guardar el equipo.

Después de la sesión:

- Reflexione sobre la experiencia de aprendizaje.
- Valore en qué medida la situación, actividades, el uso de los materiales, el funcionamiento del equipo y Explora, tuvieron relevancia para propiciar los aprendizajes esperados.
- Lleve su experiencia e impresiones a las sesiones de trabajo colegiado.



IV. ORIENTACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN, LA DIDÁCTICA Y LA EVALUACIÓN



Orientaciones para la Planificación, la didáctica y la evaluación

Para organizar los contenidos del programa se han establecido cinco bloques para cada grado de la educación secundaria, con una carga de dos horas semanales. Se busca que, con un carácter globalizador, integren la expresión de la motricidad con las dimensiones cognitiva, afectiva y relacional de los alumnos.

Los bloques incluyen diversos grados de trabajo individual, colectivo y de interrelación entre las y los alumnos. Las acciones propuestas han sido diseñadas para edificar la competencia motriz en concordancia con la integración de la corporeidad y para que las y los estudiantes logren un reconocimiento de sí mismos. La dosificación responde a criterios de variabilidad de la práctica: El espacio o área de trabajo (cancha propia, común y de invasión); la intercomunicación con los demás (personal, oponentes, compañeros, adversarios); las condiciones según el tiempo (corto o largo); y el manejo de los implementos.

Las actividades que se aplican promueven el juego motriz, la iniciación deportiva y los deportes propiamente dichos y se destacan los procesos de comprensión (táctica individual y colectiva), en lugar de la repetición mecánica de los aspectos técnico deportivos.

La ubicación de los bloques en cada grado tiene una secuencia y guarda una articulación que contribuye a desarrollar las competencias de la asignatura, sirve de guía para orientar el trabajo docente.

El desarrollo de las sesiones de trabajo escolar a través de secuencias didácticas permite integrar los diferentes elementos que intervienen en el proceso didáctico con una coherencia interna y metodológica. Supone el diseño de un conjunto de actividades articuladas las cuales corresponden a situaciones didácticas vinculadas entre sí con la finalidad de lograr los aprendizajes esperados.

Las actividades se organizan siguiendo un orden temporal de manera que en su realización el alumnado desarrolle progresivamente las competencias. Para ello se requiere diseñar actividades que favorezcan un diagnóstico del nivel de desarrollo inicial del estudiante en cuanto a saberes, creencias, actitudes y habilidades previas y con ello trabajar actividades para el desarrollo de nuevos aprendizajes. Con el fin de reforzar y valorar los aprendizajes obtenidos para concluir el proceso se proponen actividades de cierre de la secuencia.



ORIENTACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN, LA DIDÁCTICA Y LA EVALUACIÓN



108

La secuencia didáctica se concibe como una propuesta flexible por lo que su aplicación se debe adecuar a las características de los alumnos y del grupo, las condiciones del contexto social y educativo, así como las de la localidad.

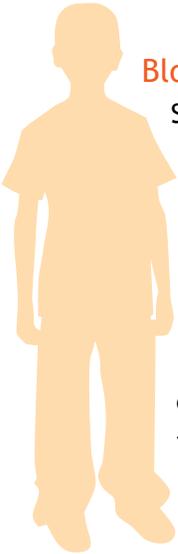


Las actividades se organizan siguiendo un orden temporal de manera que en su realización el alumnado desarrolle progresivamente las competencias. Para ello se requiere diseñar actividades que favorezcan un diagnóstico del nivel de desarrollo inicial del estudiante en cuanto a saberes, creencias, actitudes y habilidades previas y con ello trabajar actividades para el desarrollo de nuevos aprendizajes. Con el fin de reforzar y valorar los aprendizajes obtenidos para concluir el proceso se proponen actividades de cierre de la secuencia. La secuencia didáctica se concibe como una propuesta flexible por lo que su aplicación se debe adecuar a las características de los alumnos y del grupo, las condiciones del contexto social y educativo, así como las de la localidad.





Orientaciones para primer grado



Bloque 1. Conocimiento de mí mismo.

Se busca que las y los alumnos refuercen el conocimiento de su cuerpo e identifiquen los elementos que conforman el concepto de sí mismo, mediante actividades que les permitan desarrollar su potencial expresivo y comunicativo, desplegar la competencia motriz y contribuir a la integración de su corporeidad. Se trabaja el Conocimiento de sí mismo y el reconocimiento del cuerpo para experimentar, expresar e interactuar con los otros compañeros de manera asertiva.

Se fortalecen los vínculos con la educación artística al trabajar la conciencia corporal y sus posibilidades expresivas a través de los lenguajes visual y teatral, con la tutoría se fomentan el respeto y el énfasis en la convivencia a través del desarrollo de las actividades lúdicas; con el uso de las herramientas del Portal de Aula Explora y de Materiales Educativos Digitales se fortalece la comunicación y colaboración.

Bloque II. Aprendamos a jugar en equipo.

Promueve que los alumnos conozcan estrategias para manejar con fluidez distintas situaciones motrices, al tiempo que manifiestan control cuando realizan acciones en forma estática o dinámica en relación consigo mismos, con sus compañeros y con los objetos que manipulan en actividades de cancha propia. Se trabaja la comprensión ante el triunfo o la derrota en juegos de cancha propia con implementos.

El conocimiento de sí mismo y los valores se fortalecen con la educación artística y tutoría propiciando la expresión del estudiantado sobre sus desempeños y el reconocimiento de sus capacidades y limitaciones. Se propicia el trabajo en equipo, lo que aunado al uso de TIC, contribuye a promover el respeto, la tolerancia y la libertad.

Bloque III. Todos contra todos y en el mismo equipo.

A través de actividades de cancha común entre compañeros y adversarios, se emplean estrategias para que los estudiantes ajusten, relacionen



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO

y controlen su motricidad y hagan de ella el fundamento táctico que les permita concretar, en forma progresiva, la comunicación entre compañeros y con los adversarios. Asimismo, la convivencia y acción motriz que se promueve facilita la puesta en práctica de actitudes de cooperación concordando con la tutoría al buscar que el estudiantado desarrolle capacidades para la colaboración y la implementación de estrategias orientadas a resolver situaciones o conflictos que implican acuerdos y decisiones.

Además, en este campo de formación se promueve el fortalecimiento de ambientes de aprendizaje seguros en donde el alumnado experimente la comprensión, el debate razonado, la resolución no violenta de los conflictos y la búsqueda de acuerdos para encontrar salidas conjuntas que propicien la mejora de la vida personal, social y ambiental.

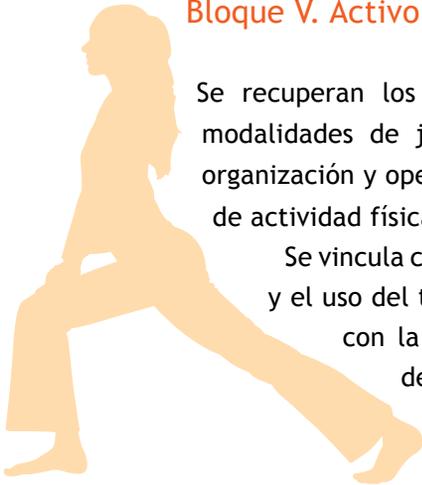
Bloque IV. El deporte educativo: Cómo formular estrategias.

Se trabaja el pensamiento táctico y estratégico para plantear y resolver problemas en actividades en donde se propicia la variabilidad de la práctica de acuerdo con el espacio y la interacción con los demás compañeros en actividades de cancha de invasión con alto grado de incertidumbre. La intención es localizar, señalar y corregir errores que permitan analizar las estrategias y tácticas utilizadas. Es importante que experimenten los roles de compañero-adversario y los alternen, que respeten las normas, colaboren y asuman su responsabilidad y sean capaces de regular sus movimientos de acuerdo con la duración y el móvil de las actividades y con el ambiente afectivo de las mismas.

Al promover en el estudiantado la resolución del conflicto sin violencia se vincula con la tutoría, buscando desarrollar una actitud respetuosa, reconocer fallas en su actuación y contribuir así al desarrollo del juego limpio. Con la educación artística, al reconocer la importancia del contexto en que se desarrolla la acción e impulsar el autoconocimiento y la percepción a través de la creación de obras y del diseño de secuencias de movimiento.



Bloque V. Activo mi cuerpo, cuido mi salud.



Se recuperan los aprendizajes previos sobre el tipo y aplicación de diversas modalidades de juegos y la iniciación deportiva, así como sus habilidades de organización y operatividad con la finalidad de que los estudiantes diseñen un club de actividad física habitual que puedan llevar a cabo en su tiempo libre.

Se vincula con la tutoría al proponer realizar actividad física en forma habitual y el uso del tiempo libre para mantener un estilo de vida activo y saludable; con la educación artística se favorece el conocimiento del entorno y de las sensaciones y sentimientos propiciando la reflexión sobre las formas de comunicación y de expresión personal y colectiva para organizar actividades en beneficio de la calidad de vida.

Además de fortalecer vínculos específicos con las asignaturas del Campo de Formación Desarrollo personal y para la convivencia, la Educación Física en los tres ciclos de Educación Secundaria se articula con Geografía, Historia y Ciencias al propiciar que el estudiantado integre su espacialidad y temporalidad corporal. Con ello contribuye al reconocimiento de que la acción humana se desarrolla en un espacio situado: geográfico, natural e histórico. Se favorece el conocimiento de los aspectos naturales, socio-culturales y políticos de la entidad en donde el estudiante se desenvuelve aportando a una visión integral que considera la dimensión del tiempo y el lugar en donde se ubica a nivel local, estatal, nacional y mundial. Así mismo, a través de las actividades lúdicas, la iniciación deportiva y el deporte escolar se busca el fortalecimiento de su identidad personal y nacional; valorar la diversidad, y participar de manera informada, reflexiva y crítica ante los problemas sociales, la desigualdad económica, el cuidado del ambiente y la prevención de riesgos.

Es interesante hacer notar que en las actividades de reflexión, análisis, elaboración de escritos, entre otras, se utiliza el lenguaje escrito y la verbalización por lo



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO

que los vínculos con la asignatura Español son permanentes al favorecer que el estudiantado adquiera conciencia de sí y desarrolle confianza en sus desempeños lo cual apoya su capacidad expresiva y comunicativa. La edificación de la competencia motriz referida al movimiento consciente, razonado y creativo encaminado a un fin determinado, supone la metacognición, es decir, el saber cómo actuar o qué procedimientos utilizar para resolver determinadas situaciones, implica fortalecer la lógica de construcción de los pensamientos que se expresan a través de la palabra. Se facilita la comunicación de ideas, emociones, sentimientos y afectos, y propicia la convivencia armónica al utilizar la sociomotricidad que integra elementos de la comunicación, introyección e interacción, como medio para resolver las diferencias y tomar acuerdos. La utilización de juegos motores, juegos sensoriales, juegos de reglas, formas jugadas, la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte escolar, entre otras estrategias, favorecen la competencia motriz vinculada al desarrollo del pensamiento estructurado, junto a un sentimiento de seguridad y autoestima.

Del mismo modo se favorece constantemente la construcción del pensamiento matemático al desarrollar aprendizajes sobre el conocimiento de la corporeidad, se enfoca el trabajo con las sensaciones y percepciones del entorno vinculadas a las nociones de forma, espacio y medida. El trabajo con los significados y uso de los números a través del juego simbólico, las representaciones de imágenes, el dibujo de emblemas, etc., permite incorporar las nociones

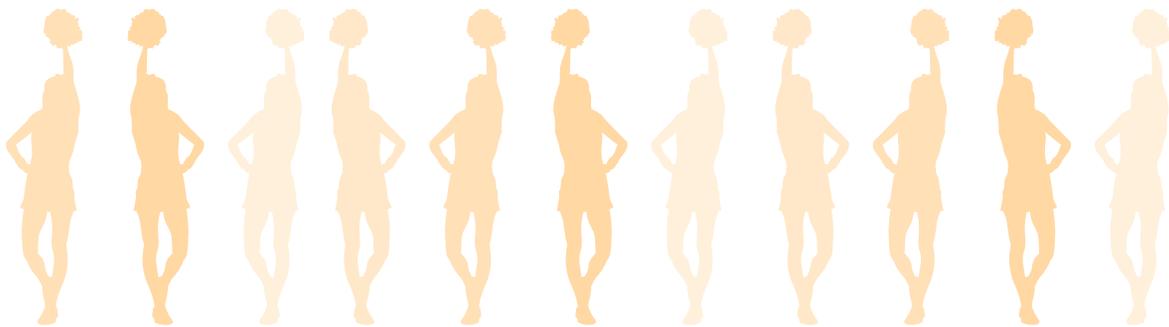


ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO

abstractas numéricas a situaciones de la vida cotidiana a través de experiencias lúdicas. El reconocimiento y aplicación de la estrategia y la táctica en las actividades de juego motriz, la iniciación deportiva y el deporte escolar suponen una lógica de pensamiento formal, lo cual contribuye a su aplicación al trabajo con las acciones y operaciones mentales propias de las matemáticas.

Asimismo, se favorece el logro de Habilidades Digitales, mediante el manejo de la información y el uso de la tecnología, al promover la investigación, elaboración de carteles, códigos de comportamientos, rallys, circuitos de acción motriz, torneos, la expresión corporal y las representaciones, así como mediante el uso de los materiales educativos digitales que se encuentran en los portales federal y de aula Explora secundaria. En donde entre otras actividades se pide al alumnado indague temas que implican la búsqueda de información y el manejo de los medios electrónicos, cuestiones que favorecen emitir puntos de vista y elaborar argumentos y juicios críticos bien documentados y fundamentados.

A continuación se presenta un ejemplo de secuencia didáctica para el primer grado. En el área sombreada se analiza la secuencia y se aportan algunas recomendaciones relativas a la planificación, a la didáctica, al manejo de nociones y procesos formativos, así como a la evaluación.



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO

- a) Ejemplo de secuencia didáctica analizando su articulación con los aprendizajes esperados, movilización de saberes y evaluación:



EDUCACIÓN FÍSICA PRIMER GRADO

<p>Planificación</p> <p>Competencia que se favorece: Integración de la corporeidad.</p> <p>Intención pedagógica. Propiciar el conocimiento de sí mismos y la intercomunicación entre el alumnado al inicio de su educación secundaria. Se espera que adquieran experiencias agradables al iniciar el curso, como hacer amistades y crear ambientes favorables de trabajo. Explorar movimientos y hacer una práctica variada, diversa y divertida; además de favorecer el concepto que cada uno tiene de sí mismo.</p>	Tema: Conocimiento de mí mismo	
	Bloque I	Duración: 7 sesiones
	Aprendizajes esperados: Emplea variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse, conocer su potencial expresivo. Opina en torno a quién es y cómo se percibe para favorecer el reconocimiento de su cuerpo, la comunicación, así como el trato con sus compañeros y compañeras a través de la realización de juegos y actividades físicas.	
	Productos: Carta sobre sí mismo e interacción con las y los compañeros. Registro de desempeños motrices físicos, expresivos y actitudinales. Escrito de acontecimientos más importantes de la vida, el ingreso a la secundaria, aficiones y proyectos.	
	Actividades de inicio	Duración: 1 sesión

Sesión 1

1. Se inicia con una pregunta reflexiva: ¿Cómo te sientes el primer día de clases? ¿Qué sensaciones y emociones experimentas? ¿Qué expectativas tienes de tu nueva etapa escolar?
2. A continuación se les invita a resolver un reto ¿Cómo se presentarían ante los demás expresando sus emociones sin hablar y utilizando sólo su cuerpo?
3. Por parejas mientras uno trata de presentarse el otro escribe lo que percibe en cinco minutos y cambian los roles. Al concluir comparten lo que cada quien entendió y anotó de las expresiones corporales. Una variante de esta actividad puede desarrollarse mediante un foro, donde un alumno escribe lo que percibe de otro, de manera que al final, el foro muestre los comentarios de todos sobre sí mismos.

Recomendaciones didácticas: El papel del docente:
 Los alumnos de primer grado tienen muchas expectativas y algunas tensiones, como pertenecer a un nuevo grupo de amigos, superar las distintas tareas académicas, trabajar con más docentes y la constante reflexión de cómo se ven a sí mismos y quiénes son.
 Es importante establecer desde un inicio una adecuada interacción en un clima favorable para el aprendizaje sobre la base del respeto a cada individuo y el reconocimiento del trabajo en conjunto.



El docente promueve una ronda de comentarios ¿Cómo se presentaron?, ¿Qué dificultades tuvieron?, ¿Cómo se sintieron ante la idea de darse a conocer sin hablar? Algunos voluntarios leen los escritos que hicieron.

4. El docente explica que el propósito de la secuencia es crear un ambiente agradable para el trabajo, que se conozcan mejor a sí mismos y a sus compañeros al tiempo que exploran movimientos y hacen una práctica variada, diversa y divertida.

Actividades de desarrollo

Duración: 5 sesiones

Sesión 2

1. Para favorecer el conocimiento de los demás se realiza el juego “atención concentración”. Cada estudiante y el docente escriben su nombre en una tarjeta que se colocan en el pecho para ser observada por todos.

2. Sentados formando un círculo el docente inicia el juego diciendo ¡a-ten-ción! al mismo tiempo que da dos palmadas sobre sus muslos y dos silencios se marcan tronando los dedos, otras dos palmadas y dice ¡concentración!

3. Repitiendo estos movimientos al compás de un ritmo de cuatro cuartos el docente dice su nombre y llama a otro participante (ejemplo: “Luis, llama a Lucía”) y la aludida repetirá su nombre y llama a otro, quien debe continuar la secuencia; cuando alguien se equivoca todos dicen ¡atención- concentración! Y se inicia otra secuencia.

Sesión 3

1. Integrados en dos equipos los alumnos proponen una actividad que tenga ritmo, que implique movimiento y un desafío acorde con las condiciones del grupo y los recursos existentes para realizarse en 10 min. Contarán con 10 minutos para organizarse y cada equipo dirige la actividad propuesta con todo el grupo.

2. Se comenta cómo se favorece el conocimiento de sí mismo y de los demás a través de una actividad rítmica.

Planificación: El desarrollo de las actividades.

En las actividades se plantea el propósito de la secuencia, considerando el significado que tiene para el estudiantado el arranque de esta etapa formativa. Se comentan los aprendizajes esperados para conocer el nivel inicial de los saberes, creencias y actitudes y las posibles dificultades que los propios estudiantes señalen.

Recomendaciones didácticas: El papel del docente:

Motivar a los alumnos para aprender a observar, ser observados y encontrar los niveles de expresión en su motricidad espontánea, libre, significativa y de descubrimiento.

Incentivar a las y los alumnos para que a través de las actividades propuestas propicien la intercomunicación entre iguales, el diálogo y el manejo e intercambio de información en un ambiente colaborativo que les facilite afirmar su autonomía.



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO



Planificación: El desarrollo de las actividades.

A través de las actividades de desarrollo se facilita que cada estudiante pueda conocerse a sí mismo y a sus compañeros a través de experiencias motrices y socio-afectivas, con las cuales se promueve que conozca, explore y descubra diferentes posibilidades de movimiento con diversas partes del cuerpo, para expresar ideas, sentimientos, gustos y estados de ánimo. Con lo anterior se propone favorecer una mejor interacción entre compañeros y colaborar a construir un ambiente apropiado de trabajo.

Tarea

Elaborar una carta, puede utilizar las herramientas del portal de aula Explora para crear documentos digitales; en la que cada estudiante describa a un amigo imaginario cómo se siente en la escuela y qué ha aprendido de sí mismo y de sus compañeras y compañeros. Llevar a clase un objeto de su color preferido.

Sesión 4

- 1- Se pide a las y los estudiantes que escriban en una frase qué significa para cada uno su color preferido y al leer su pensamiento al grupo lo acompañen de un movimiento que represente su color.
2. El grupo forma un círculo y se realiza una secuencia motriz conjuntando los movimientos propuestos por cada compañero.
3. Comparten una reflexión sobre qué opinan del ejercicio y qué aprendizajes obtuvieron.
4. De manera individual el docente orienta la elaboración de un registro sobre sus desempeños motrices, señalando límites y posibilidades de su condición física, su potencial expresivo y aspectos actitudinales.

Sesión 5

1. Colocados en parejas, cada estudiante imagina qué animal le gustaría ser.
2. Sin decir de qué animal se trata, un miembro de la pareja realiza movimientos similares a los del animal, mientras el compañero lo imita durante tres minutos, al término de los cuales se invierten los papeles.
3. Al concluir se pide que cada uno adivine al otro de qué animal se trató.
4. Sentados en círculo cada estudiante comenta al grupo por qué se identificó con el animal elegido y qué dificultades enfrentó para adivinar el de su compañero.

Recomendaciones didácticas: El papel del docente:

Para dar seguimiento a los procesos formativos del estudiantado se sugiere llevar una bitácora para registrar su participación, iniciativa, compromiso, asistencia al trabajo, la cooperación y la ayuda mutua, así como el avance del grupo con la finalidad de plantear actividades que permitan canalizar sus expectativas y alcanzar los aprendizajes esperados.



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO

5. De manera individual elaboran un escrito breve que responda a la pregunta ¿Qué aprendieron de sus compañeros y de sí mismos a través del juego?

Sesión 6

1. Se exponen tres escenarios imaginarios en los cuales se presentan situaciones de peligro. En el primero están desde hace dos horas atrapados en un elevador. En el segundo son naufragos en una balsa y tienen un día navegando sin rumbo en medio del mar. En el tercer caso están en un montículo rodeados de animales y no pueden salir.

2. Organizados en equipos de 10 estudiantes, al azar se eligen los escenarios.

3. Se marca un cuadro de 2X2 metros y cada equipo representará ante el grupo por espacio de 10 minutos la situación que le toque. Cada estudiante imagina y actúa qué haría ante un evento así.

4. El resto del grupo toma nota sobre las reacciones que expresan los compañeros.

5. Al concluir las representaciones se leen algunos escritos y se reflexiona sobre el conocimiento de sí, la conciencia corporal, la interacción asertiva y el cuidado de sí mismo y de los otros.

Tarea:

En una cuartilla, puede aprovechar el uso de las herramientas que le ofrece el portal de aula Explora, describan los tres acontecimientos más importantes de su vida, el significado de su ingreso a la secundaria, sus aficiones y qué les gustaría estar haciendo en cinco años. El escrito debe estar acompañado de un dibujo, fotografía o ilustración con la cual se identifiquen. Esta actividad se vincula con el proyecto de vida que se trabaja en tutoría.

Nociones y procesos formativos:

Los cambios físicos y emocionales que experimentan las y los adolescentes recaen en la integración de su corporeidad.

Desean hacer muchas cosas en el plano motor y están inquietos por explorar, conocer, crear y representar situaciones para comunicarse a través del lenguaje corporal, por lo que es un momento clave para aprovechar este interés y trabajar su motricidad lúdica y expresiva.

Las actividades de expresión corporal favorecen la manifestación de ideas, emociones y sentimientos. Debe cuidarse que se sientan a gusto y no repriman su capacidad expresiva. La educación puede contribuir a disminuir las tensiones de las y los adolescentes que asisten por primera vez a la secundaria. Por ello se proponen experiencias de aprendizaje que los preparen para integrarse grupalmente y edificar con más solidez su identidad personal y su disposición corporal.

Recomendaciones para la evaluación:

Al finalizar cada sesión promueva una reflexión grupal sobre las experiencias y los aprendizajes logrados, los cambios que se presentaron, el uso del tiempo, cómo se podría mejorar y los procesos de interacción que se promovieron. Reflexionar sobre la importancia de la actividad física y el trabajar el ámbito de la sensibilidad y expresividad señalando los efectos que sus prácticas tienen sobre el organismo y en la convivencia social, así como en la formación de valores y el disfrute personal.



ORIENTACIONES PARA PRIMER GRADO



Planificación: El desarrollo de las actividades.

Las actividades de cierre se encaminan hacia la reflexión y autoevaluación de lo aprendido; sobre el conocimiento de sí mismo y de sus compañeros, el significado para su vida de ingreso a la educación secundaria y su proyecto en cinco años.

Es conveniente comentar con el estudiantado todas las actividades propuestas, darles a conocer qué se espera de ellos y las formas de lograrlo.

Las estrategias didácticas propuestas son: formas jugadas, preguntas de reflexión y discusión, elaboración de escritos, expresión corporal, narración y secuencias rítmicas.

Actividades de cierre

Duración: 1 sesión

Sesión 7

1. De manera voluntaria las y los alumnos comparten sus escritos con el grupo. Al concluir la lectura, agregan un comentario sobre los cambios que notan desde su primer día de clases y hasta la fecha en su conciencia corporal, el conocimiento de sus emociones, su forma de expresarlas corporalmente y sus expectativas para el futuro próximo.

2. Se promueve una ronda de autoevaluación. Entre todos elaboran un listado de aprendizajes esperados y el docente propone una escala de valoración a partir de los aprendizajes esperados.

Realizan la autoevaluación y el grupo identifica los retos sobre su autoconocimiento, capacidad expresiva y la interacción con sus compañeros.

Evaluación:

El docente recupera los registros del desarrollo de las actividades para evaluar junto con los alumnos los logros, lo que se debe mejorar, cómo se puede mejorar y qué compromisos se requiere asumir.

Asigna una calificación analizando con el grupo el registro de seguimiento y la carpeta de evidencias de sus actividades, apoyados en una escala establecida.

Recomendaciones para la evaluación:

Se sugiere que el docente elabore una escala estimativa para dar seguimiento a las prácticas del estudiantado: los desempeños sobre su expresión corporal, las conductas motrices, su comportamiento socio-afectivo, las dificultades superadas y los aprendizajes logrados.

- Oriente al alumnado para que realice su registro personal de desempeños motrices con indicadores que den cuenta de sus ejecuciones, sus rendimientos físicos, expresivos y actitudinales y pida que le dé seguimiento en cada sesión.

- Se solicita al alumnado que integre un portafolio de evidencias en donde guarde sus producciones, las autoevaluaciones y coevaluaciones.

- Cada dos sesiones realice un balance del proceso formativo y coméntelo brevemente con las y los estudiantes para motivarlos a la autorrealización.



b) Ejemplo de instrumentos de evaluación

Ejemplo de evaluación utilizando la observación a través de un registro de hechos y conductas:

PRIMER GRADO BLOQUE I	SECUENCIA DE TRABAJO 1. ACTIVIDAD 1. "ATENCIÓN CONCENTRACIÓN"
<p>Intención pedagógica de la secuencia de trabajo:</p> <p>-Se busca que el alumnado utilice variadas manifestaciones de movimiento para comunicarse y conocer su potencial expresivo.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Actividad a observar: juego2. Indicadores de observación: Se concentra en las acciones, manejando el ritmo corporal adecuadamente y colaborando con el grupo para el logro de la actividad.3. Instrumento: Registro de observación.4. Información complementaria: Coevaluación grupal (si es posible registro de otro observador).





Orientaciones para segundo grado

120



Bloque I. Proyecto y construyo lo que soy.

Se busca que las y los alumnos reconozcan las características de su personalidad y puedan integrar su corporeidad, al experimentar las respuestas de su organismo ante la realización de actividades físicas, además explorarán diversas acciones motrices, poniendo a prueba los límites y posibilidades. Se trabaja la percepción y el funcionamiento del cuerpo. La conciencia corporal al reconocer su potencial y sus límites.

Al promover en el estudiantado la expresión de emociones, sentimientos, intereses y aspiraciones, así como la capacidad de reflexionar acerca de sus actitudes y comportamientos, se fortalecen los vínculos con la educación artística y la formación cívica y ética; de igual modo, la asignatura se vincula con la tutoría en la construcción de reglas y normas en distintos contextos y trabajar la interacción para fortalecer las relaciones entre compañeros; al utilizar las herramientas que ofrece el portal de aula Explora, es posible contribuir en el desarrollo de Habilidades Digitales, entre otras las de comunicación y colaboración, investigación y manejo de información, pensamiento crítico, solución de problemas y toma de decisiones, y ciudadanía digital.

Bloque II. La importancia del juego limpio.

El propósito de este bloque es promover entre las y los alumnos el valor de jugar limpio a través de experimentar en actividades de cancha propia la comunicación e interacción entre compañeros y adversarios, además de que se apropien de posturas críticas con respecto a la competencia en situaciones reales de acción y contrasten los sentimientos y vivencias que surgen del triunfo y la derrota con un manejo adecuado de valores.

Se fortalecen los vínculos con la formación cívica al trabajar situaciones que obstaculizan el desarrollo integral de las y los jóvenes y el ejercicio responsable de la libertad, incentivar el juego limpio y el respeto por las reglas. Las artes proponen “crear canciones con temas de su interés” lo cual se relaciona con la formación del sentido crítico y la búsqueda de la convivencia.



Bloque III. Las estrategias en la iniciación deportiva.

La finalidad del presente bloque es que las y los alumnos conozcan las posibilidades de acción motriz -en actividades de cancha propia con un bajo nivel de incertidumbre-, y reconozcan la lógica interna de las acciones. Se pretende, por lo tanto, que los estudiantes sean capaces de controlar y ajustar sus movimientos tácticos de acuerdo con los elementos de espacio y tiempo de las actividades, que respeten las reglas, el trabajo colaborativo y los procedimientos de comunicación para tomar decisiones.

En este bloque los aprendizajes se fortalecen ampliamente con educación artística y formación cívica y ética al promover el respeto, valoración de la diversidad y la promoción de procedimientos básicos para la construcción de una cultura democrática. La búsqueda de soluciones a problemas y conflictos por la vía no violenta, la cooperación, el diálogo, la negociación y la conciliación. En las tres asignaturas se destaca el trabajo colaborativo y procedimientos para la comunicación y toma de decisiones y aprender a trabajar juntos.

Bloque IV. Acuerdos para solucionar problemas.

Se orienta a que los alumnos interpreten las reglas y las posibilidades de actuación conjunta para saber desempeñarse dentro de las distintas áreas de juego y a mantener una buena comunicación con sus compañeros en juegos de cooperación-oposición.

Otra intención es que el alumnado organice sus acciones en una secuencia, basándose en la duración de la actividad, con lo cual logrará construir estrategias lógicas de pensamiento. Se identifica la vinculación con los aprendizajes esperados de Formación Cívica y Ética al priorizar el diálogo, el establecimiento de acuerdos para la toma de decisiones, con base en principios y valores de la democracia y los derechos humanos; algunos materiales educativos digitales que se encuentran en el portal de aula Explora abordan estos aprendizajes esperados ya que se le presentan al alumno casos en los que él debe tomar decisiones y conocer las consecuencias de las mismas.



ORIENTACIONES PARA SEGUNDO GRADO

Bloque V. Todo un reto mejorar mi condición física.

Se promueve que los alumnos utilicen diversas estrategias para favorecer la velocidad, las capacidades físico-perceptivas y ajustar éstas a sus esquemas de movimiento generales. Aprendan a planificar el empleo del tiempo de cada sesión para construir su autonomía y la autogestión de sus desempeños motores. Se trabaja la velocidad, la fuerza, el diseño y participación en circuitos de acción motriz, el conocimiento y práctica de juegos populares en su comunidad, reconociendo y valorando la diversidad.

Los vínculos se fortalecen con Formación Cívica y Ética al enfatizar el respeto de la diversidad y el pluralismo, así como facilitar mecanismos de participación para la toma de decisiones. En la educación artística se organiza una obra teatral colectiva, por lo que en las tres asignaturas se promueve la planificación y puesta en marcha de proyectos con la finalidad de aplicar lo aprendido.



V. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Ejemplo de secuencia didáctica analizando su articulación con los aprendizajes esperados, movilización de saberes y evaluación:



EDUCACIÓN FÍSICA. SEGUNDO GRADO

Planificación.

Competencia que se favorece: Integración de la corporeidad.

Intención pedagógica.
 Se espera que el alumnado reconozca las características de su corporeidad, al observar y analizar las repercusiones que la actividad física produce en el organismo. Además que pueda contrastar las diferencias relacionadas al tipo de actividad realizada y los beneficios de la práctica habitual moderada para favorecer el equilibrio del organismo y una sensación de bienestar general. Así mismo que identifique los estados de ánimo y las percepciones que se experimentan con la actividad física lúdica y las repercusiones sobre el organismo.

Tema: Proyecto y construyo lo que soy

Bloque I

Duración: 8 sesiones

Aprendizajes esperados:

Identifica emociones, sentimientos y actitudes al realizar diversas acciones vinculadas con el juego.

Propone diferentes acciones motrices que le permiten comprender el lenguaje corporal y experimentar sus posibilidades motrices.

Productos:

-Seguimientos de registros de: Frecuencia cardiaca y respiratoria, cansancio, tiempo de recuperación y temperatura corporal. Con anotaciones sobre los efectos de su organismos durante la actividad física en situaciones de estrés, tensión muscular, presión del juego y desgaste físico.

-Investigación sobre el estrés y la actividad física.

-Guía de actividad física habitual personal.

-Por equipo diseñar una estación del circuito motriz considerando las actividades y el tiempo de su realización, así como el tipo y uso de implementos.

-Reflexión sobre los aprendizajes y el compromiso adquirido para conocer los cambios originados en su cuerpo por la actividad física y la necesidad de cuidar integralmente su salud.

Actividades de inicio

Duración: 1 sesión

Sesión 1

1. Se inicia con una pregunta reflexiva ¿Qué pasa con nuestro cuerpo durante la actividad física?. Comentando con el estudiantado la intención pedagógica de la secuencia.

Recomendaciones didácticas: El papel del docente:

Ofrecer a los alumnos experiencias de aprendizaje e interacción que promuevan las relaciones entre el grupo (organizar equipos mixtos). Ello es importante pues abre las oportunidades para impulsar el reconocimiento personal y el del compañero.

Por otra parte, es importante revisar, preferentemente en una acción colegiada, los materiales educativos digitales disponibles en los portales federal y de aula Explora, ya que la exploración y uso de estos materiales brindará mayores posibilidades para el desarrollo de las sesiones de aprendizaje.

Es importante que las y los estudiantes pongan a prueba lo aprendido, construyan, participen, muestren los conocimientos y habilidades adquiridas a partir del diálogo y de las propuestas.

Comentar con el estudiantado las experiencias y aprendizajes logrados: Formas a mejorar, dificultades enfrentadas y estrategias empleadas.



2. Para propiciar la integración grupal y un acercamiento al trabajo con la corporeidad se realiza la actividad “El nudo humano”. Consiste en hacer una larga fila, tomados de la mano, moverse al compás de cualquier melodía popular, como “La víbora de la mar”. Tres alumnos permanecerán en un lugar donde no tengan visibilidad de cómo se forma el “nudo humano”.

- Quien está delante de la fila, jala a todos bailando al compás de la música. La fila pasará por debajo de los brazos unidos de sus compañeros hasta formar un “nudo humano”.

- Cuando el nudo esté formado, se pide a los tres estudiantes que vuelvan con el grupo y, de forma colaborativa, deshagan el “nudo”. Quienes forman el nudo no pueden soltar sus manos ni moverse, serán los tres estudiantes quienes deben indicar quién se mueve y en qué dirección para desatar el nudo sin soltarse.

3. Una vez que el nudo se ha desatado, se realiza una ronda de comentarios en grupo a partir de las preguntas siguientes: ¿qué sintieron con la cercanía de los cuerpos?, ¿Cuál fue su sensación en el momento de hacer y deshacer el nudo?, ¿Qué acciones realizaron para conseguir el propósito de la actividad?, ¿Qué cambios notaron en su cuerpo durante la actividad física?

- El docente orienta a las y los alumnos para que comprendan su corporeidad y tomen conciencia de los aspectos que se ponen en juego durante la actividad física.

Actividades de desarrollo

Duración: 6 sesiones

Sesión 2

1. Se reflexiona sobre los cambios corporales originados durante la actividad física y se pide a los alumnos que tomen su frecuencia respiratoria en reposo.

Planificación: El desarrollo de las actividades.

Las actividades de inicio proponen que el estudiantado reflexione sobre los cambios que experimenta su cuerpo durante la actividad física. Se trabaja al vivenciar el contacto corporal a través de movilizar aspectos motrices, cognitivos y socio-afectivos para la resolución de un reto de manera creativa y colaborativa.

Nociones y procesos formativos.

Se trabaja la integración grupal y la expresión de puntos de vista, en donde el estudiante proponga diferentes acciones motrices que le permitan comprender el lenguaje corporal y experimentar sus posibilidades motrices, sus emociones y sensaciones y vincular los aspectos socio-afectivos a las actitudes y valores requeridos en su vida personal y social.

Recomendaciones didácticas: El papel del docente:

Las sesiones deben ser una práctica segura para los alumnos. De ahí la importancia de comentar con ellos las medidas preventivas, así como poner atención en los espacios y áreas de trabajo.

El docente requiere observar durante el desarrollo de las acciones el desenvolvimiento de cada integrante del grupo, cómo actúa ante determinada situación, cómo resuelve los problemas que se le presentan.

Se deben enfatizar los principios de inclusión, participación colectiva y no discriminación.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Planificación: El desarrollo de las actividades.

Las reflexiones realizadas al término de los juegos propician que el alumnado exprese sensaciones y percepciones que ayudarán al docente a valorar el desempeño y el nivel de desarrollo inicial de conocimientos, actitudes, creencias y habilidades previas. Las actividades de desarrollo se orientan a que los alumnos identifiquen los cambios que se operan en sí mismos y el manejo de su actividad física al experimentar actividades lúdicas y de colaboración oposición. Para ello se registran las modificaciones corporales originadas por la actividad física, con respecto a su frecuencia respiratoria y cardiaca, la temperatura corporal, el estrés, el cansancio, la recuperación.

2. Juego “plantados”. El docente explica que durante la secuencia cada quien llevará el registro de su frecuencia cardiaca y respiratoria, cansancio, tiempo de recuperación, temperatura corporal y realizarán anotaciones sobre los efectos de su organismo durante la actividad física en situaciones de estrés, tensión muscular, presión del juego y desgaste físico.

3. Dos alumnos perseguirán a los demás que se moverán libremente por todo el terreno. A la señal del maestro irán tras sus compañeros con la intención de tocarlos.

Los tocados se quedarán plantados en el sitio con el tronco flexionado y las manos cubriendo la cabeza, a la espera de que un compañero los salve saltándolos (“saltar el burro”). A los cinco minutos, los perseguidores se cambian por otros dos compañeros que no han sido tocados.

4. Para concluir se pide que registren los cambios que notaron en su frecuencia respiratoria en reposo, durante y después de la actividad, así como el efecto que el aumento de la temperatura corporal provoca en su organismo (transpiración, deshidratación, cansancio, etc.) y qué hacer para regresar a un estado de equilibrio corporal.

Sesión 3

1. Al iniciar, el docente recuerda a cada estudiante que tome su pulso en reposo y registre su resultado.

Se organiza al grupo en cuatro equipos y cada uno se coloca en un cuadro de 2X2 metros que ha sido previamente dibujado, uno en cada esquina. Todos los alumnos se quitan los zapatos y los colocan en el centro que forman los cuatro cuadros.

2. A cada integrante de un equipo se le asigna un color. Cuando el docente nombra el color, el estudiante de cada equipo al cual corresponde sale corriendo hacia el centro de la pista, busca sus zapatos, se sienta y se los coloca abrochados, para regresar corriendo a su cuadrado, obtiene un punto el jugador que consigue llegar antes que los otros.

Recomendaciones didácticas. El papel del docente:

Requiere orientar a los estudiantes para que asimilen esta experiencia como un recurso para su desarrollo personal y favorecer el intercambio de información sobre este tema esencial en el desarrollo personal y la búsqueda de una vida saludable en la comunidad.



3. Al concluir se pide que de manera personal se tomen el pulso y registren los cambios que observaron de su pulso en reposo y el posterior a la actividad, se reflexiona sobre la importancia de conocer las reacciones corporales para mantener el equilibrio físico y no rebasar los límites.

Sesión 4

1. Se delimita el terreno en dos campos de juego y se divide al grupo en cuatro equipos mixtos, de igual número de participantes; jugarán dos equipos en cada cancha.

El objetivo del juego es colocar la pelota en un extremo de la cancha (puede ser una marca dibujada en el piso) del equipo contrario.

El jugador que tiene la pelota no puede ser tocado y debe realizar como mínimo siete pases entre los miembros del equipo. Si el jugador que posee el balón es tocado por un rival, deberá darle la pelota al equipo contrario. El docente registra los puntos que consigue cada equipo

2. Al concluir se reflexiona sobre la actividad realizada y los cambios que se observan en el organismo. Se comenta sobre los desempeños motrices cuando se generan actividades de colaboración oposición y sus repercusiones en la tensión muscular. Se pregunta si encuentran alguna relación en la forma de expresar sus emociones en el juego y en distintas situaciones de su vida cotidiana, por ejemplo cuando están en una situación de presión.

Tarea:

Investigar sobre el estrés y sus efectos sobre el organismo y el papel de la actividad física para evitar la tensión y buscar vivir con tranquilidad en beneficio de su salud integral. Puede indagarse en la biblioteca escolar, la biblioteca de aula, en el portal de aula Explora, o en sitios web relacionados con la salud.

Sesión 5

1. Para continuar con el tema sobre el conocimiento de sí mismo se propone al estudiantado que elabore el dibujo de algún objeto o imagen relacionado con la actividad física preferida con la cual se identifique (danza, baile, deporte, juego, recreación, etc.)

Recomendaciones para la evaluación:

Se recomienda que el docente lleve una bitácora en la que registre el desempeño de los estudiantes durante el desarrollo de la secuencia. Puede diseñar una escala estimativa de los indicadores, los cuales deberán estar vinculados directamente con los aprendizajes esperados y considerar tanto los conocimientos como las habilidades y las actitudes.

Nociones y procesos formativos:

Al trabajar con símbolos que los identifican se propicia la integración de su corporeidad, pues a través de una imagen se exponen significados que representan sus conceptos, ideas y valores sobre la actividad física. De igual forma con la actividad “Mi historia en mi cuerpo” se propone tomar conciencia de sí mismos y comprender sus cambios corporales en distintos planos (orgánicos y socio-afectivos) y vincularlos a las acciones que desarrollan en su vida cotidiana.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS



Nociones y procesos formativos:

La noción del cuerpo surge entre otras cosas de las sensopercepciones corporales y del funcionamiento del organismo, y está ligada a los procesos de comprensión de los desplazamientos en el espacio de trabajo y la temporalidad, a las condiciones ambientales y a los materiales utilizados. De ahí que, al término de las actividades se comente en grupo: ¿cómo se sintieron?, ¿qué cambios se presentaron en el organismo durante la práctica? Otros aspectos a tratar pueden ser: la disposición y el tiempo que dedica a realizarla, cómo estos y otros factores influyen en las funciones del cuerpo y cómo, a través de la vigorización física constante, puede modificarse y mejorarse.

Es importante porque percibirán tanto los cambios fisiológicos como las ideas, emociones y sensaciones. Todo ello contribuye a una mejor comprensión de su corporeidad en distintos planos: cognitivo, procedimental y de las actitudes y valores.

2. Por equipos los alumnos elaboran una lotería con estos símbolos y al final se juega.
3. Para vincular el autoconocimiento con y el papel de la actividad física para su salud, se les orienta para diseñar una guía de actividad física para promover su práctica habitual. Pueden retomar elementos de las actividades físicas que propusieron en la lotería.

Sesión 6

1. Se realiza la actividad “Mi historia en mi cuerpo”. En parejas dibujan con gis la silueta de su compañero en el piso. A partir de su imagen construyen un relato que describa aspectos de las partes de su cuerpo relacionadas con sus actividades físicas cotidianas.
2. Leen a su pareja su relato y de manera voluntaria se comparten algunas de las historias impresas en el cuerpo.
3. Se promueve una reflexión sobre la importancia de comprender que el cuerpo es algo más que las funciones biológicas, que tiene una historia, en donde está registrados sentimientos, temores, angustias, deseos, gustos, caricias pero también dolor, agresión y violencia. Tener este conocimiento favorece el que aprendan a escucharlo, aceptarlo, respetarlo y cuidarlo, así como la entidad corporal de los demás; para poder seguir escribiendo sus “historias corporales” como les gustaría que fueran.
4. Se pide que elaboren un escrito de su historia corporal que van a desarrollar a partir de los aprendizajes obtenidos, de ser posible empleando herramientas digitales.

Sesión 7

1. Por equipos los alumnos diseñan circuitos de acción motriz que incorporen lo aprendido en el primer grado sobre los cambios funcionales provocados por la actividad física.
2. De manera aleatoria se distribuyen entre los equipos los temas de: frecuencia cardiaca, frecuencia respiratoria, cansancio, estrés, tiempo de recuperación y temperatura corporal.

Recomendaciones para la evaluación:

Se recomienda que el docente lleve una bitácora en la que registre el desempeño de los estudiantes durante el desarrollo de la secuencia. Puede diseñar una escala estimativa de los indicadores, los cuales deberán estar vinculados directamente con los aprendizajes esperados y considerar tanto los conocimientos como las habilidades y las actitudes.



3. Cada equipo diseña una estación del circuito, determinará las actividades y el tiempo de su realización, así como el tipo y uso de implementos en el circuito de trabajo.
4. Al terminar se promueve una reflexión sobre lo que se aprendió y qué se requiere para mejorar la actividad física habitual. Acompañar de recomendaciones sobre la higiene del ejercicio y medidas de alimentación y descanso que deben acompañar las buenas prácticas corporales.

Actividades de cierre

Duración: 1 sesión

Sesión 8

1. Dado que el propósito de esta secuencia tiene que ver con el conocimiento funcional del organismo, el docente requiere promover una reflexión grupal sobre los cuidados que se requieren para hacer una práctica disfrutable; sobre la utilidad de conocer nuestro cuerpo para no hacer esfuerzos extremos y concentrarse, tanto en las modificaciones de los ritmos respiratorios, el ritmo cardiaco, así como en los cambios en la temperatura corporal y la transpiración; asumir respeto y cuidado por el propio cuerpo, aprender a escucharlo y atender sus llamadas, por ejemplo tomar agua para evitar la deshidratación y el descanso para la recuperación. En este ejercicio de reflexión e integración, serán de utilidad los Objetos de Aprendizaje disponibles en el Portal de Aula Explora relativos a los temas de este bloque.
2. Los estudiantes escriben un texto de media cuartilla sobre las actividades desarrolladas y el compromiso adquirido para conocer los cambios originados en su cuerpo por la actividad física y la necesidad de cuidar integralmente su salud.
3. De manera voluntaria se leen los textos al grupo y se invita a reflexionar sobre el significado de los aprendizajes obtenidos en esta secuencia para regular su actividad física a partir del conocimiento de sí mismos.

Planificación: El desarrollo de las actividades.

Las actividades de cierre se propone que el estudiantado recupere los aprendizajes obtenidos y reflexione y elabore un escrito sobre el compromiso adquirido para conocer los cambios originados en su cuerpo por la actividad física y la necesidad de cuidar integralmente su salud. Se explica que con esa sesión concluye la secuencia de trabajo y se les invita a hacer una autoevaluación identificando de manera conjunta los elementos a evaluar utilizando los aprendizajes esperados para esta secuencia de trabajo. El docente aporta sus registros de seguimiento y los estudiantes sus propios registros y portafolios con los productos y evidencias sobre sus desempeños en las actividades.

Recomendaciones para la evaluación:

Es necesario evaluar junto con los alumnos los aprendizajes alcanzados, para propiciar que estas evaluaciones parciales sirvan de retroalimentación para la mejora, para ello se recomienda cada dos sesiones hacer un balance del proceso formativo y comentarlo brevemente con el estudiantado para motivarlos a lograr la autorrealización.

Asignar y acordar calificaciones con los alumnos analizando con ellos el registro de seguimiento de las actividades por parte del docente y el portafolio que realizaron. Con estas evidencias y con una escala establecida se asigna la calificación de la secuencia.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

a) Ejemplo de instrumentos de evaluación:

En educación física es útil incorporar el portafolio como estrategia de evaluación. Se requiere organizar desde el inicio de la secuencia didáctica. El docente requiere definir junto con el alumnado lo que contendrá el portafolio y los criterios de evaluación. Los alumnos incorporan a éste los productos de los trabajos realizados en las sesiones, con ello contarán con evidencias de su proceso de aprendizaje y podrán analizarlo, así como los resultados de su trabajo como un elemento de autorreflexión y autoevaluación.

El portafolio en el área de educación física puede integrarse por trabajos de diversa índole, como ensayos, exámenes, tareas extra clase, proyectos específicos, trabajos colectivos, comentarios a lecturas realizadas, escritos reflexivos, reportes de sesión, registros de desempeños, audios y video cintas, autoevaluaciones, coevaluaciones y heteroevaluaciones, entre otros materiales y productos que se generan a lo largo de la secuencia de trabajo.

Ejemplo de organización del portafolio de evidencias:

20. GRADO. BLOQUE I. INTENCIÓN PEDAGÓGICA: QUE EL ALUMNADO RECONOZCA LAS CARACTERÍSTICAS DE SU CORPOREIDAD, AL OBSERVAR Y ANALIZAR LAS REPERCUSIONES QUE LA ACTIVIDAD FÍSICA PRODUCE EN EL ORGANISMO.	SECUENCIA DE TRABAJO PROYECTO Y CONSTRUYO LO QUE SOY.	
Criterios	Productos	Valoración
Con anotaciones sobre los efectos de su organismo durante la actividad física en situaciones de estrés, tensión muscular, presión del juego y desgaste físico.	Seguimientos de registros de: frecuencia cardiaca y respiratoria, cansancio, tiempo de recuperación y temperatura corporal.	
Informe escrito del resultado de la indagación, entre dos y tres cuartillas.	Investigación sobre el estrés y la actividad física.	
Diseño de plan de actividades habituales (semanales) fundamentadas de acuerdo con el análisis de sus registros de indicadores físicos.	Guía de actividad física habitual personal.	
Considerando las actividades y el tiempo de su realización, así como el tipo y uso de implementos.	Por equipo diseñar una estación del circuito motriz.	
Reflexión sobre los aprendizajes y el compromiso adquirido para conocer los cambios originados en su cuerpo por la actividad física y la necesidad de cuidar integralmente su salud.	Autoevaluación.	





Orientaciones para el tercer grado

Bloque I. Los lenguajes del cuerpo: Sentido y significado.

Se favorece la experiencia de aprendizaje para que los alumnos organicen sus acciones y comuniquen sus ideas y vivencias al participar en las distintas alternativas de la acción motriz. Se pretende que los estudiantes se expresen corporalmente a través de actividades como el modelado y la representación, y enriquezcan sus maneras de comunicarse. Se trabajan diferentes formas de comunicación representación y dominios del cuerpo.

En este bloque, se fortalecen ampliamente los vínculos con la educación artística al propiciar la reflexión y elaboración de puntos de vista y favorecer la creación de imágenes que comunican sentimientos, la música, el espacio y el uso del ritmo como elemento narrativo. De igual forma con la formación cívica y ética con procesos formativos para el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos del estudiantado para establecer relaciones de pareja o noviazgo, sanas, placenteras y favorecer su calidad de vida y autorrealización; ; se sugiere revisar los materiales educativos digitales que están a su disposición en los portales federal y de aula Explora.

Bloque II. Te invito a jugar: Acordemos las reglas.

Se identifica la importancia del juego limpio para la planificación y realización de torneos y se proponen códigos de ética que permitan a las y los jóvenes desempeñarse positivamente en juegos y deportes que contribuyan en la convivencia con los demás. Con ello se trabaja con los estudiantes el establecimiento de metas en el contexto de la sesión que favorezcan reflexionar sobre las causas y consecuencias de la agresividad o el exceso de competitividad y se considera a la competición como forma de diversión. Se propone la planificación de un torneo. Se trabaja la elaboración del código de ética y la evaluación del trabajo.

Con la educación artística se fortalecen vínculos con la creación de secuencias de movimiento y expresivas utilizando la música, elementos teatrales y visuales. La formación cívica y ética, promueve el reconocimiento de sus aspiraciones, potencialidades y capacidades personales para el estudio, la participación social, el trabajo y la recreación; ; en la medida de lo posible, revise los materiales educativos digitales, que le aporten elementos para fortalecer el desarrollo de dichos aspectos.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS



132

Bloque III. Ajustes y estrategias en el juego.

En actividades de cancha dividida (de muro, de bate y campo, y de invasión), se favorece el pensamiento estratégico y el respeto por las reglas al trabajar la lógica interna de las actividades (el reglamento, las acciones ofensivas y defensivas), para encontrar soluciones tácticas que favorezcan el trabajo en equipo con base en la toma de acuerdos que generen ambientes de convivencia. Se orienta la planificación de estrategias, los deportes de invasión y el valor de la actuación táctica. Al trabajar formas de comunicación, interacción y negociación que favorecen la solución de las diferencias y la inclusión, se fortalecen vínculos con formación cívica y ética.

Bloque IV. Cooperación y confrontación en actividades paradójicas. Apoyados en actividades paradójicas se busca que los alumnos analicen la dinámica propia de las acciones, al tiempo que combinan y ajustan sus desempeños motrices, de igual forma, realizar actividades de iniciación deportiva de cancha de invasión, favorece el control de su motricidad, de acuerdo con las condiciones del reglamento y la interacción con sus compañeros. Se trabajan juegos paradójicos, conocimiento y lógica del juego deportivo. El móvil, área e implementos en deportes de invasión y la evaluación de un torneo.

Los vínculos favorecen aprendizajes con la educación artística al reconocer distintos tipos de obras colectivas, diseñar secuencias creativas y emitir una opinión acerca de la creación de obras propias y de otros.



ORIENTACIONES PARA EL TERCER GRADO

Bloque V. Las actividades físicas y los juegos en mi escuela. Se propicia que el estudiantado construya acuerdos, forme colectivos y planifique actividades. El docente acompañará a los estudiantes como asesor sobre el tipo de ejercicios recomendables, elementos técnicos en el trabajo de la fuerza, el equilibrio y la coordinación, así como los aspectos organizativos, de igual modo motivará la colaboración y la toma de acuerdos. Se valoran ampliamente los aprendizajes adquiridos para que el alumno o alumna sea capaz de implementar acciones que le permitan consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de desarrollo personal y socio-afectivo.

Se fortalecen los vínculos con la educación artística al promover la escenificación de un baile popular para identificar los logros y los retos en futuros trabajos. Por su parte, la formación cívica y ética plantea alternativas de solución a situaciones que obstaculizan su bienestar socio-afectivo para favorecer el desarrollo personal y social en su entorno próximo.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Ejemplo de secuencia didáctica analizando su articulación con los aprendizajes esperados, movilización de saberes y evaluación:

EDUCACIÓN FÍSICA TERCER GRADO		
<p>Planificación Competencia que se favorece: Dominio y control de la motricidad para plantear y solucionar problemas. Intención pedagógica: Se espera que las alumnas y los alumnos adquieran experiencias de aprendizaje que les permitan construir acuerdos, formar colectivos y planificar actividades físicas reflexivas para generar relaciones equitativas de trabajo y colaboración como medio de desarrollo personal y social.</p>	<p>Tema: Las actividades físicas y los juegos en mi escuela</p>	
	<p>Bloque V</p>	<p>Duración: 11 sesiones</p>
	<p>Aprendizajes esperados:</p> <p>El alumnado implementa acciones que le permitan consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal. Expresa la importancia de sus experiencias así como las de sus compañeros como una forma para comprender sus aprendizajes y los aspectos a mejorar en su desempeño.</p>	
	<p>Productos:</p> <p>Por equipos, diseño de cartel: “La confianza en el equipo”. Por equipos, diseño de proyectos correspondiente al Rally. “Circuito de juegos modificados, Torneo de “bádminton” y foro sobre “La actividad física habitual y la salud”, considerando la planificación, organización de la actividad y distribución de tareas, así como la evaluación grupal de su aplicación. Autoevaluación de su participación en los proyectos.</p>	
	<p>Actividades de inicio</p>	<p>Duración: 1 sesión</p>
	<p>Sesión 1</p> <p>1. Se inicia con una pregunta ¿Cómo vamos a aplicar lo aprendido a través del trabajo en equipo? Y comentar sobre la importancia del trabajo colaborativo para aprovechar los aprendizajes obtenidos.</p>	
<p>Recomendaciones didácticas: El papel del docente: Es conveniente que el docente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Considere todos los materiales y recursos disponibles para apoyar el aprendizaje; en tal sentido una acción sugerida consiste en revisar, preferentemente en colegiado, los materiales educativos digitales que se encuentran en los portales federal y de aula Explora. • En las actividades de inicio advierta a las y los estudiantes sobre el riesgo de lastimarse si no se sostienen con firmeza, enfatizar el objetivo encaminado a generar confianza, es conveniente tomar precauciones como asegurar que los círculos sean mixtos para que haya una distribución equitativa de la fuerza. • Permita que los alumnos organicen, registren sus procesos, identifiquen propósitos, dicten reglamentos y participen en proponer y generar mecanismos de autocuidado. 		



EDUCACIÓN FÍSICA. TERCER GRADO	
Actividades de desarrollo	Duración: 9 sesiones
<p>Sesión 2 1. Se organizan cuatro equipos mixtos, para realizar la actividad “Confianza en el Equipo”. Los integrantes del grupo se colocan de pie y muy juntos, formando un pequeño círculo. Uno pasa al centro, cierra los ojos, y con los pies juntos se deja caer hacia atrás. El grupo lo sostiene, evitando que se caiga; se quiere que se perciba la sensación de confianza en el apoyo grupal. La actividad concluye cuando han pasado al centro todos los del equipo. Se pregunta sobre sus sensaciones y la importancia de la certidumbre en el apoyo del otro.</p> <p>Sesión 3 1. Se realiza la actividad “Aislamiento e integración”: El grupo se coloca en círculo, lo más juntos posible. Se pide a un estudiante salir del círculo y colocarse de cara a la pared, con los pies juntos y brazos cruzados. El docente pregunta, entonces, cómo se siente en relación con sus compañeros. Una vez emitida su respuesta, pregunta al grupo cómo se siente en relación con el compañero aislado. A continuación se pregunta al estudiante que quedó fuera qué sentimientos y emociones experimentó. Y finalmente, se le pide volver al grupo y colocarse en posición normal y de nuevo se les pregunta cómo se sienten. Luego, el docente pide al alumnado que en círculo se tomen de las manos fuertemente. Se cuelga sobre las manos de dos de ellos y hace notar la cohesión operada. Sin soltarse de las manos, unidos los pies y sin cambiarse de sitio, les pide que se echen para atrás.</p> <p>2. Al concluir la actividad se elaboran preguntas de reflexión sobre la confianza que se tienen las y los alumnos y las dificultades para depositar certidumbre en el grupo: ¿Qué situaciones, emociones, sensaciones, sentimientos, entre otras cosas, se vivenciaron?, ¿En qué consiste la cohesión del grupo?, ¿Qué se requiere para generar la confianza?</p>	
<p>Planificación: El desarrollo de las actividades. Se propone que con las actividades de inicio se reconozca y fortalezca el clima de confianza y certidumbre del trabajo colaborativo; primero, de manera vivenciada se generan experiencias para que las y los estudiantes refuercen la empatía basada en la confianza y el apoyo mutuo contrastado con la sensación de aislamiento y falta de comunicación de la persona.</p>	
<p>Nociones y procesos formativos: Se trabaja la integración grupal y la expresión de puntos de vista, en donde el estudiante proponga diferentes acciones motrices que le permitan comprender el lenguaje corporal y experimentar sus posibilidades motrices, sus emociones y sensaciones y vincular los aspectos socio-afectivos a las actitudes y valores requeridos en su vida personal y social.</p>	
<p>Recomendaciones didácticas: el papel del docente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coopere de manera discreta, pero efectiva, motivando la acción libre y responsable del estudiantado en el desarrollo de sus proyectos. • Proponga momentos de reflexión y rescate de los aspectos positivos que se han manifestado en las sesiones, así como de los aspectos que deben corregirse, como parte de la evaluación continua orientada a mejorar el proceso. • Promueva la participación de todos los alumnos, el respeto por el juego limpio y la actitud de tolerancia. • Propicie la reflexión en torno a la cooperación, la ayuda mutua y el respeto a los acuerdos. 	



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Planificación: El desarrollo de las actividades.

En las actividades de desarrollo se busca que el estudiantado refuerce su sentido de pertenencia al grupo y el valor del trabajo colaborativo. Retome los aprendizajes obtenidos en el transcurso de su educación secundaria y con ello resuelva el reto de diseñar y planificar proyectos de actividad física y juegos modificados. Rally, el circuito de juegos modificados y el torneo de “bádminton”. Así mismo que reflexionen críticamente sobre su salud a través del foro: “La actividad física habitual y la salud”, con el cual se propicia la conciencia del cuidado de sí mismos y un medio de intercambio de información a través de la propia voz de los jóvenes.

3. Se elaboran conclusiones sobre la importancia de la integración grupal para su estabilidad personal frente al aislamiento y la vulnerabilidad del grupo sin cohesión. La sensación de confianza y alegría que da el apoyo del grupo, y se afirma el valor del trabajo colaborativo.

Sesión 4

1. Por equipos elaboran un cartel con el tema “La confianza en el equipo”, , tarea que puede realizarse generando un cartel en formato digital. En esta actividad se vinculan con la asignatura de educación artística. (Producto 1)

2 Se forman cuatro equipos mixtos. Se explica al grupo que en esta secuencia aplicarán aprendizajes obtenidos durante el ciclo escolar en el desarrollo de proyectos relacionados con las siguientes actividades físicas lúdicas y recreativas:

Rally “la actividad física habitual”.

Circuito de juegos modificados.

Torneo de “bádminton”.

Foro sobre “La actividad física habitual y la salud”, , proyecto que puede desarrollarse con apoyo de las herramientas digitales del portal Explora.

3. Se reparten al azar los temas. Cada equipo coordinará uno de ellos. Los equipos deben pensar, para la siguiente sesión, qué actividades realizarán. Todos los integrantes deben participar tanto en la organización como en la realización de las actividades.

Sesión 5

1. Se orienta al estudiantado para que en la elaboración de los proyectos, consideren lo siguiente:

Entregar el proyecto por escrito incluyendo la coevaluación realizada para cada uno, de ser posible desarrollado empleando herramientas digitales.

Rally: “actividad física y salud”. Las consignas (tarjetas) deben contener el reto de localizar objetos, información, personajes y otros aspectos relacionados con la actividad física como medio de vida saludable. El equipo cuenta con una semana para planificar y organizar la actividad.

Recomendaciones didácticas: el papel del docente y el papel del alumnado:

La sesión de inicio tiene el propósito de plantear la situación, tarea o proyecto que orienta la secuencia de actividades. Es el momento de la problematización. El alumnado requiere un tiempo de reflexión y organización para dimensionar la tarea, valorar sus aprendizajes y recursos previos, planificar cómo realizará la tarea, los recursos que movilizará y los que requiere adquirir o desarrollar.



ORIENTACIONES PARA EL TERCER GRADO

Circuito de juegos modificados, los estudiantes decidirán, de acuerdo con los recursos disponibles, qué juegos modificados se desarrollan en cada una de las estaciones. Se pide que en una de las estaciones instalen “el centro de información sobre actividad física y salud” para que el estudiantado al pasar por esa estación conozca diferentes medios: Libros, revistas, videos, etc., en donde puede encontrar información bien documentada sobre el tema. Para la organización de este evento se cuenta con dos semanas para la planificación y se realizará en la sexta sesión de trabajo.

En la organización del torneo de “bádminton”, por parejas de “todos contra todos”, se pide considerar los recursos disponibles y utilizar material reciclado (raquetas de cartón y pelotitas de papel periódico).

En el foro de trabajos sobre “La actividad física habitual y la salud” deberán participar todos los integrantes del grupo y emitir una convocatoria a la comunidad especificando fecha y requisitos de participación.

2. El docente solicita al alumnado que lleve una bitácora del grupo para evaluar por sesión el desarrollo de las actividades del proyecto. Se va rotando para que cada día un integrante del equipo escriba las incidencias que observó; al término de la sesión se lee y se la pasa a otro. Este instrumento será un insumo para la evaluación del proceso y la participación de los integrantes del equipo.

Sesión 6

1. Por equipos comentan los avances de los dos proyectos y el docente orientará su seguimiento.

2. El equipo que organiza el circuito de juegos modificados propone tres de los juegos que han considerado y por equipos se realiza una práctica de estos juegos con el grupo. Al concluir, el grupo colabora emitiendo propuestas para mejorar las actividades del circuito.

Sesión 7

1. Se realiza el “Rally informativo” coordinado por el equipo responsable.

Planificación: El desarrollo de las actividades.

En las actividades propuestas se promueve que el estudiantado reconozca los aprendizajes logrados para la realización de acciones que favorezcan la salud, la imaginación y la creatividad.

Se destaca la relevancia del trabajo en equipo como medio de convivencia y desarrollo personal.

Nociones y procesos formativo:

En las actividades físicas lúdico recreativas los estudiantes afrontan el reto de la planificación al tiempo que ponen en juego sus competencias para el juego limpio, el trabajo en equipo y se vinculan con los aprendizajes obtenidos en la asignatura de formación cívica y ética y en tutoría.

Con la finalidad de que el estudiantado incorpore una actitud reflexiva sobre su realidad, se organiza un foro sobre el tema “La importancia de la actividad física habitual para el cuidado de la salud”.

Recomendaciones didácticas. El papel del docente:

Requiere orientar a los estudiantes para que asimilen esta experiencia como un recurso para su desarrollo personal y favorecer el intercambio de información sobre este tema esencial en el desarrollo personal y la búsqueda de una vida saludable en la comunidad.



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Planificación: El desarrollo de las actividades.

En las actividades propuestas se propicia la construcción del “Proyecto de vida” de cada estudiante, valorando la actividad física como forma de vida saludable en el contexto escolar y familiar, de esta manera se organizan actividades y se trasladan los aprendizajes de Educación Física a la vida diaria.

2. El grupo realiza una evaluación del rally informativo, retomado los registros de seguimiento de los propios alumnos y elaborando propuestas para su mejora.

Sesión 8

1. Se realiza el circuito de juegos modificados coordinado por el equipo responsable.
2. Se realiza la evaluación del circuito de juegos modificados, retomando los registros de seguimiento de los propios alumnos y elaborando propuestas para su mejora.

Sesión 9

1. Se realiza el torneo de bádminton bajo la coordinación del equipo responsable.
2. Se evalúa el torneo de bádminton emitiendo recomendaciones para su mejora.

Sesión 10

1. Se lleva a cabo el foro “Actividad física habitual y salud”, coordinado por el equipo responsable.
2. Se realiza la evaluación del foro, al concluir el docente interviene para invitar al grupo a un ejercicio reflexivo sobre las experiencias de aprendizaje obtenidas durante esta secuencia de trabajo.

Actividades de cierre

Duración: 1 sesión

Sesión 11

1. El docente comparte con el grupo las anotaciones de su diario sobre el proceso seguido por los equipos en el desarrollo de los eventos. Se retoman las evaluaciones realizadas en cada proyecto, los registros de seguimiento del alumnado y las propuestas para su mejora.
2. El alumnado comenta cómo valora la realización de la actividad de acuerdo con los criterios establecidos, las dificultades que encontraron y qué sugieren para la mejora.
3. Como cierre, se invita a departir en un convivio organizado previamente.

Recomendaciones para la evaluación:

Se sugiere favorecer una autoevaluación que considere el diario del docente sobre los desempeños del grupo, las coevaluaciones realizadas sobre los proyectos y las propuestas para su mejora, los registros de cada equipo sobre el seguimiento a su proyecto, considerando la colaboración de los integrantes en la organización y el cumplimiento en tiempo y forma de los acuerdos derivados de la división de tareas.



ORIENTACIONES PARA EL TERCER GRADO

Ejemplo de instrumentos de evaluación:

RÚBRICA	
El alumnado implementa acciones que le permitan consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.	
CRITERIOS	NIVELES
Participa plenamente en la planificación de proyectos para consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.	4
Participa parcialmente en la planificación de proyectos para consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.	3
Participa limitadamente en la planificación de proyectos para consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.	2
No participa en la planificación de proyectos para consolidar la autodisciplina y la actividad física como alternativas de mejora personal.	1
Contribuye propositivamente en la organización y diseño de actividades lúdicas y recreativas.	4
Contribuye parcialmente en la organización y diseño de actividades lúdicas y recreativas.	3
Contribuye limitadamente en la organización y diseño de actividades lúdicas y recreativas.	2
No contribuye en la organización y diseño de actividades lúdicas y recreativas.	1
Es claramente equitativo en la distribución de tareas para el desarrollo de las actividades grupales.	4
Es parcialmente equitativo en la distribución de tareas para el desarrollo de las actividades grupales.	3
Es poco equitativo en la distribución de tareas para el desarrollo de las actividades grupales.	2
No es equitativo en la distribución de tareas para el desarrollo de las actividades grupales.	1
Cumple de manera responsable y colaborativa con las tareas asignadas para el logro de los proyectos grupales.	4
Cumple parcialmente y colabora medianamente con las tareas asignadas para el logro de los proyectos grupales.	3
Cumple de manera limitada y colabora poco con las tareas asignadas para el logro de los proyectos grupales.	2
No cumple con las tareas asignadas para el logro de los proyectos grupales.	1



ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

RÚBRICA	
Expresa la importancia de sus experiencias así como las de sus compañeros como una forma para comprender sus aprendizajes y los aspectos a mejorar en sus desempeños	
CRITERIOS	NIVELES
Desarrolla plenamente su capacidad expresiva para generar confianza grupal.	4
Desarrolla parcialmente su capacidad expresiva para generar confianza grupal.	3
Desarrolla limitadamente su capacidad expresiva para generar confianza grupal.	2
No desarrolla su capacidad expresiva para generar confianza grupal.	1
Valora claramente la cohesión del grupo como principio de estabilidad personal y manifiesta claramente su rechazo al aislamiento y exclusión de las personas.	4
Valora parcialmente la cohesión del grupo como principio de estabilidad personal y manifiesta moderadamente su rechazo al aislamiento y exclusión de las personas.	3
Valora limitadamente la cohesión del grupo como principio de estabilidad personal y manifiesta poco su rechazo al aislamiento y exclusión de las personas.	2
No valora la cohesión del grupo como principio de estabilidad personal ni manifiesta su rechazo al aislamiento y exclusión de las personas.	1
Expresa y manifiesta claramente argumentos a favor del trabajo colaborativo frente a la vulnerabilidad del grupo sin cohesión.	4
Expresa y manifiesta parcialmente argumentos a favor del trabajo colaborativo frente a la vulnerabilidad del grupo sin cohesión.	3
Expresa y manifiesta limitadamente argumentos a favor del trabajo colaborativo frente a la vulnerabilidad del grupo sin cohesión.	2
No expresa ni construye argumentos a favor del trabajo colaborativo frente a la vulnerabilidad del grupo sin cohesión.	1
Expresa corporalmente confianza y alegría con el apoyo del grupo y afirma con sus actitudes el valor del trabajo colaborativo.	4
Expresa corporalmente, de manera parcial, confianza y alegría con el apoyo del grupo y afirma moderadamente con sus actitudes el valor del trabajo colaborativo.	3
Expresa corporalmente poca confianza y alegría con el apoyo del grupo y afirma limitadamente con sus actitudes el valor del trabajo colaborativo.	2
No expresa corporalmente confianza y alegría con el apoyo del grupo ni afirma con sus actitudes el valor del trabajo colaborativo.	1



ORIENTACIONES PARA EL TERCER GRADO

RÚBRICA	
Participación en los proyectos y en las actividades	
CRITERIOS	NIVELES
Participa activamente en el total de las actividades.	4
Participa en la mayoría de las actividades.	3
Participa con apatía en las actividades.	2
No participa activamente en las actividades.	1
Entrega de productos	
CRITERIOS	NIVELES
Cumple (entre 100-90%) con los trabajos solicitados cubriendo los criterios establecidos en el tiempo acordado.	4
Cumple parcialmente (entre 89-79%) con los trabajos solicitados cubriendo los criterios establecidos en el tiempo acordado.	3
Cumple (entre 79-59%) con dificultad con los trabajos solicitados cubriendo los criterios establecidos en el tiempo acordado.	2
No cumple (menos de 58%) con el total de los trabajos solicitados, cubriendo los criterios establecidos en el tiempo acordado.	1





Bibliografía

Educación Física

- Eisenber, Rose y Alicia Grasso (2007), “Introducción a corporeidad, movimiento y educación física” en *Corporeidad, movimiento y educación física. La investigación educativa en México, 2002-2004*, México, COMIE, UNAM, ESEF, DGENAM.
- Grasso, Alicia (2001), *El aprendizaje no resuelto de la educación física. La corporeidad*, Buenos Aires, Novedades Educativas.
- Grasso, Alicia, comp. (2009), *La educación física cambia*, Buenos Aires, Novedades Educativas.
- Gómez, Jorge (2002), *La educación física en el patio. Una nueva mirada*, Buenos Aires, Stadium.
- Le Boulch, Jean (2001), *El cuerpo en la escuela en el siglo XXI*, Barcelona, INDE Publicaciones.
- Ruiz Pérez, Luis Miguel (1999), *Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física Escolar*, Madrid, Gymnos.
- Velázquez Callado, Carlos (2004), *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación de valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*, México, SEP (Materiales de actualización docente. Serie: Educación Física).

Principios pedagógicos, didáctica y planeación

- Ahumada Acevedo, Pedro (2005), *Hacia una evaluación auténtica del aprendizaje*, México, Paidós.
- Blázquez, Domingo y Eric Sebastián (2010), *Enseñar por competencias en educación física*, 2ª edición, Barcelona, INDE Ediciones.
- Brito Soto, Luis Felipe, *La edificación de la competencia motriz; la conquista de las realizaciones personales* [En línea] <www.apadef.org/pdf/0004EdifCompMot.pdf> [Consulta: 21 de junio de 2011].
- Contreras Jordán, Onofre (1998), *Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista*, Barcelona, INDE.





Bibliografía

- Devís Devís, José (2000), *La educación física y la salud en la escuela: Formas de desarrollo extra curricular*, Universidad de Valencia.
- Devís Devís, José y Carmen Peiró Velert (1992), *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*, Barcelona, INDE.
- Díaz Lucea, Jordi (1993), *Unidades didácticas para secundaria: De las habilidades básicas a las habilidades específicas*, Barcelona, INDE.
- Dolto, Françoise (2004), *La causa de los adolescentes*, México, Paidós.
- Florence, Jacques (2000), *Tareas significativas en educación física escolar*, Barcelona, INDE.
- Gómez, Raúl Horacio, *Transposición didáctica y discursos sobre el cuerpo: una mirada a la construcción curricular en educación física*, [En línea], <http://www.efdeportes.com>, revista digital (Buenos Aires), Año 10, núm. 79, diciembre de 2004. [Consulta: 1 de junio de 2011].
- Navarro Adelantado, Vicente (2002), *El afán de jugar. Teoría y práctica de los juegos motores*, Barcelona, INDE.
- Portela, Guarín, Henry. (2002), *Cómo problematizar la Educación Física desde la transición del concepto del cuerpo al de corporeidad*, [En línea], <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 48 - Mayo de 2002. [Consulta: 1 de junio de 2011].
- Pavía, Víctor (2005), *El patio escolar: El juego en libertad controlada. Un lugar emblemático. Territorio de pluralidad*, Buenos Aires, Noveduc.
- Sánchez Bañuelos, Fernando (1992), *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte*, 2ª edición, Madrid, Edit. Gymnos.
- SEP (2011), *Programa de Educación Física I, II y III. Secundaria*, México, Secretaría de Educación Pública.
- SEP (2008), *Educación Física II. Guía de trabajo*. Segundo Taller de Actualización sobre los Programas de estudio 2006, México
- SEP (2007), *Educación Física III. Guía de trabajo*. Tercer Taller de Actualización sobre los Programas de estudio 2006, México, Secretaría de Educación Pública.
- SEP (2006), *Educación Física. Guía de Trabajo*. Primer Taller de Actualización sobre el Programa de estudios 2006. Reforma de la Educación Secundaria México, Secretaría de Educación Pública.





Bibliografía

- SEP (2002), *El nuevo modelo curricular para la licenciatura en Educación Física Plan Estudios 2002*, México, Secretaría de Educación Pública. Dirección General de Normatividad y Dirección General de Materiales y Métodos de la subsecretaría de Educación Básica y Normal.
- Torres, H., María de la Luz. (2009), *Los aprendizajes del cuerpo en la escuela mexicana*. México, Taller Abierto.
- Viciano, Jesús (2002), *Planificar en Educación Física*, Barcelona, INDE.

Sitios de Internet

- <http://portalsej.jalisco.gob.mx/escuela-superior-educacion-fisica/index.php?q=node/11>
Página del gobierno de Jalisco con información sobre temáticas contenidas en la Educación Física, por ejemplo: Corporeidad, competencia motriz, promoción y cuidado de la salud, entre otras.
- <http://recursosstic.educacion.es/primaria/ludos/web/>
Portal español con información, documentos, guías didácticas y catálogo de juegos para el abordaje de la asignatura de Educación Física.
- <http://teleformacion.edu.aytolacoruna.es/EDUFISICA/document/principal.htm>
Portal con información sobre temáticas contenidas en la asignatura de Educación Física por ejemplo, calidad de vida, calentamiento, condición física, entrenamiento, competencia motriz y corporeidad, entre otras. Además contiene una sección de juegos de Educación Física con variantes a distintos deportes como el fútbol, el basquetbol, entre otros.
- <http://www.efdeportes.com/edfisica/>
Página con numerosos artículos sobre Educación Física de autores de diversos países del mundo.
- <http://www.inde.com/default.asp>
Página con novedades editoriales y ligas a materiales y recursos para la asignatura de Educación Física.
- <http://www.inderef.com>
Revista virtual con información sobre Educación Física y ligas a recursos didácticos para los profesionales de la Educación Física.



La Secretaría de Educación Pública agradece la participación, en el proceso de elaboración del Plan de estudios 2011 y de los programas de estudio de educación preescolar, primaria y secundaria, de las siguientes instituciones y personas:

INSTITUCIONES

Academia Mexicana de la Historia/ Academia Nacional de Educación Ambiental (ANEA)/ Benemérita Universidad Autónoma de Puebla (BUAP)/ Centro de Educación y Capacitación para el Desarrollo Sustentable (Cecadesu)/ Centro de Investigación en Geografía y Geomática/ Centro de Investigación y de Estudios Avanzados del Instituto Politécnico Nacional (Cinvestav, IPN)/ Centro de Investigaciones y Estudios Superiores en Antropología Social (CIESAS)/ Centro Nacional de Prevención de Desastres (Cenapred)/ Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (Conalep)/ Comité Mexicano de las Ciencias Históricas/ Conferencia Mexicana de Acceso a la Información Pública/ Consejo Nacional de Población (Conapo)/ Consejos Consultivos Interinstitucionales/ Coordinación General de Educación Intercultural Bilingüe, SEP/ Dirección de Evaluación de Escuelas del Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación/ Dirección General de Educación Superior Tecnológica/ El Colegio de la Frontera Norte, A. C./ El Colegio de México, A. C./ El Colegio de Michoacán, A. C./ Escuela Normal Superior de México/ Facultad de Filosofía y Letras, UNAM/ Grupo de Trabajo Académico Internacional (GTAI)/ Grupos Académicos de la UNAM: Matemáticas, Biología, Física y Química/ Grupo de Transversalidad Semarnat/SEP: Centro de Educación y Capacitación para el Desarrollo Sustentable (Cecadesu); Comisión Federal de Electricidad (CFE); Comisión Nacional de Áreas Naturales Protegidas (Conanp); Comisión Nacional del Agua (Conagua); Comisión Nacional Forestal (Conafor); Comisión Nacional para el Uso Eficiente de la Energía Eléctrica (Conuee); Comisión Nacional para la Biodiversidad (Conabio); Dirección de Educación Ambiental, Cecadesu; Dirección General de Planeación y Evaluación, Semarnat; Fideicomiso para el Ahorro de Energía Eléctrica (Fide); Instituto Mexicano de Tecnología del Agua (IMTA); Instituto Nacional de Ecología (INE); Procuraduría Federal de Protección al Ambiente (Profepa); Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco)/ Instituto Chihuahuense para la Transparencia y Acceso a la Información Pública/ Instituto de Acceso a la Información Pública del Distrito Federal/ Instituto de Educación de la Universidad de Londres/ Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora/ Instituto de Investigaciones Históricas, UNAM/ Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación, UNAM/ Instituto Federal de Acceso a la Información (IFAI)/ Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH)/ Instituto Nacional de Estudios Históricos de las Revoluciones de México/ Instituto Nacional de Lenguas Indígenas (Inali)/ Instituto Nacional para la Evaluación de la Educación/ Instituto Politécnico Nacional (IPN)/ Ministerio de Educación de la República de Cuba/ Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat)/ Sistema Regional de Evaluación y Desarrollo de Competencias Ciudadanas (Sredecc)/ Universidad Autónoma de la Ciudad de México (UACM)/ Universidad Autónoma de San Luis Potosí/ Universidad Autónoma del Estado de México/ Universidad de Guadalajara/ Universidad de New York/ Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM)/ Universidad Pedagógica Nacional (UPN)/ Universidad Veracruzana.

PERSONAS

Abel Rodríguez de Fraga, Adolfo Portilla González, Alejandra Elizalde Trinidad, Alexis González Dulzaides, Alfredo Magaña Jattar, Alicia Ledezma Carbajal, Alma Rosa Cuervo González, Amelia Molina García, Amparo Juan Platas, Ana Flores Montañez, Ana Frida Monterrey Heimsatz, Ana Hilda Sánchez Díaz, Ana Lilia Romero Vázquez, Andrea Miralda Banda, Ángel Daniel Ávila Mujica, Angélica R. Zúñiga Rodríguez, Araceli Castillo Macías, Arturo Franco Gaona, Aydée Cristina García Varela, Blanca Azucena Ugalde Celaya, Blanca Irene Guzmán Silva, Caridad Yela Corona, Carlos Alberto Reyes Tosqui, Carlos Natalio González Valencia, Carlos Osorio, Carolina Ramírez Domínguez, Catalina Ortega Núñez, Cecilia Espinosa Muñoz, Claudia Amanda Peña García, Claudia Carolina García Rivera, Claudia Espinosa García, Claudia Martínez Domínguez, Claudia Mercado Abonce, Columba Alviso Rodríguez, Daniel Morales Villar, Daniela A. Ortiz Martínez, Elizabeth Lorenzo Flores, Elizabeth Rojas Samperio, Emilio Domínguez Bravo, Erika Daniela Tapia Peláez, Esperanza Issa González, Estefanie Ramírez Cruz, Evangelina Vázquez Herrera, Fabiola Bravo Durán, Flor de María Portillo García, Flora Jiménez Martínez, Franco Pérez Rivera, Gabriel Calderón López, Gerardo Espinosa Espinosa, Gisela L. Galicia, Gloria Denisse Canales Urbina, Griselda Moreno Arcuri, Guillermina Rodríguez Ortiz, Gustavo Huesca Guillén, Gwendoline Centeno Amaro, Hilda María Fuentes López, Hugo Enrique Alcantar Bucio, Ignacio Alberto Montero Belmont, Isabel Gómez Caravantes, Israel Monter Salgado, Javier Barrientos Flores, Javier Castañeda Rincón, Jemina García Castrejón, Jesús Abraham

Navarro Moreno, Joaquín Flores Ramírez, Jorge Humberto Miranda Vázquez, Jorge López Cruz, Jorge Medina Salazar, Jorge Zamacona Evenes, José Humberto Trejo Catalán, José Luis Hernández Sarabia, Julia Martínez Fernández, Karina Franco Rodríguez, Karina Leal Hernández, Karla M. Pinal Mora, Karolina Grissel Lara Ramírez, Larissa Langner Romero, Laura Daniela Aguirre Aguilar, Laura Elizabeth Paredes Ramírez, Laura H. Lima Muñiz, Laurentino Velázquez Durán, Leonardo Meza Aguilar, Leticia Araceli Martínez Zárate, Leticia G. López Juárez, Leticia Margarita Alvarado Díaz, Lilia Beatriz Ortega Villalobos, Lilia Elena Juárez Vargas, Lilia Mata Hernández, Liliana Morales Hernández, Lizette Zaldívar, Lourdes Castro Martínez, Lucila Guadalupe Vargas Padilla, Lucina García Cisneros, Luis Fernández, Luis Gerardo Cisneros Hernández, Luis Reza Reyes, Luis Tonatiuh Martínez Aroche, María Alejandra Acosta García, María Antonieta Ilhui Pacheco Chávez, María Concepción Europa Juárez, María Concepción Medina González, María de Ibarrola, María de las Mercedes López López, María de los Ángeles García González, María de los Ángeles Huerta Alvarado, María de Lourdes Romero Ocampo, María del Carmen Rendón Camacho, María del Carmen Tovilla Martínez, María del Rosario Martínez Luna, María Esther Padilla Medina, María Esther Tapia Álvarez, María Eugenia Luna Elizarrarás, María Teresa Aranda Pérez, María Teresa Arroyo Gámez, María Teresa Carlos Yáñez, María Teresa López Castro, María Teresa Sandoval Sevilla, Mariano Martín G., Maribel Espinosa Hernández, Marissa Mar Pecero, Martha Estela Tortolero Villaseñor, Martha Ruth Chávez Enríquez, Mauricio Rosales Ávalos, Miguel Ángel Dávila Sosa, Nancy Judith Nava Castro, Nelly del Pilar Cervera Cobos, Nonitzin Maihualida, Norma Erika Martínez Fernández, Norma Nélida Reséndiz Melgar, Norma Romero Irene, Óscar Isidro Bruno, Óscar Luna Prado, Óscar Osorio Beristain, Óscar Román Peña López, Óscar Salvador Ventura Redondo, Oswaldo Martín del Campo Núñez, Ramón Guerra Araiza, Rebeca Contreras Ortega, Rita Holmbaeck Rasmussen, Roberto Renato Jiménez Cabrera, Rosendo Bolívar Meza, Rubén Galicia Castillo, Ruth Olivares Hernández, Samaria Rodríguez Cruz, Sandra Ortiz Martínez, Sandra Villeda Ávila, Sergio Pavel Cano Rodríguez, Silvia Campos Olguin, Sonia Daza Sepúlveda, Susana Villeda Reyes, Teresita del Niño Jesús Maldonado Salazar, Urania Lanestosa Baca, Uriel Garrido Méndez, Verónica Florencia Antonio Andrés, Vicente Oropeza Calderón, Víctor Manuel García Montes, Virginia Tenorio Sil, Yolanda Pizano Ruiz.