



**ANEP**

ADMINISTRACIÓN  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA

Programa de Educación Básica Integrada

# Educación Física y Recreación

Tramo 6 | Grado 9.º

Actualización 2024

Componente:

**Alfabetizaciones fundamentales**

Espacio curricular

**de Desarrollo Personal y Conciencia Corporal**

# Espacio de Desarrollo Personal y Conciencia Corporal

## Fundamentación

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

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

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

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

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

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

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

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

## Contenidos estructurantes de la unidad curricular del espacio

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

### Conciencia corporal

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

### Deporte

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

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

### Gimnasia

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

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

### Juego y recreación

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

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

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

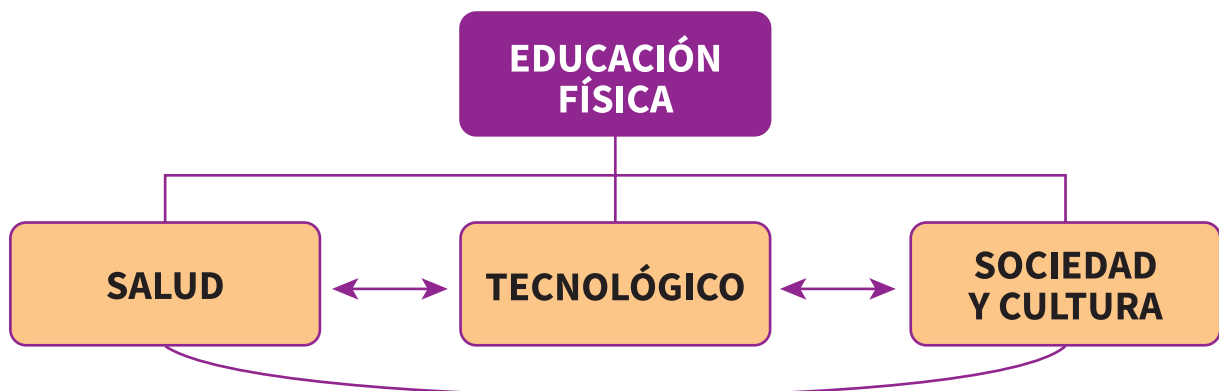
### Prácticas expresivas

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

### Enfoques transversales de Educación Física en el EBI

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

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



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

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



## Orientaciones metodológicas del espacio

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

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

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

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

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

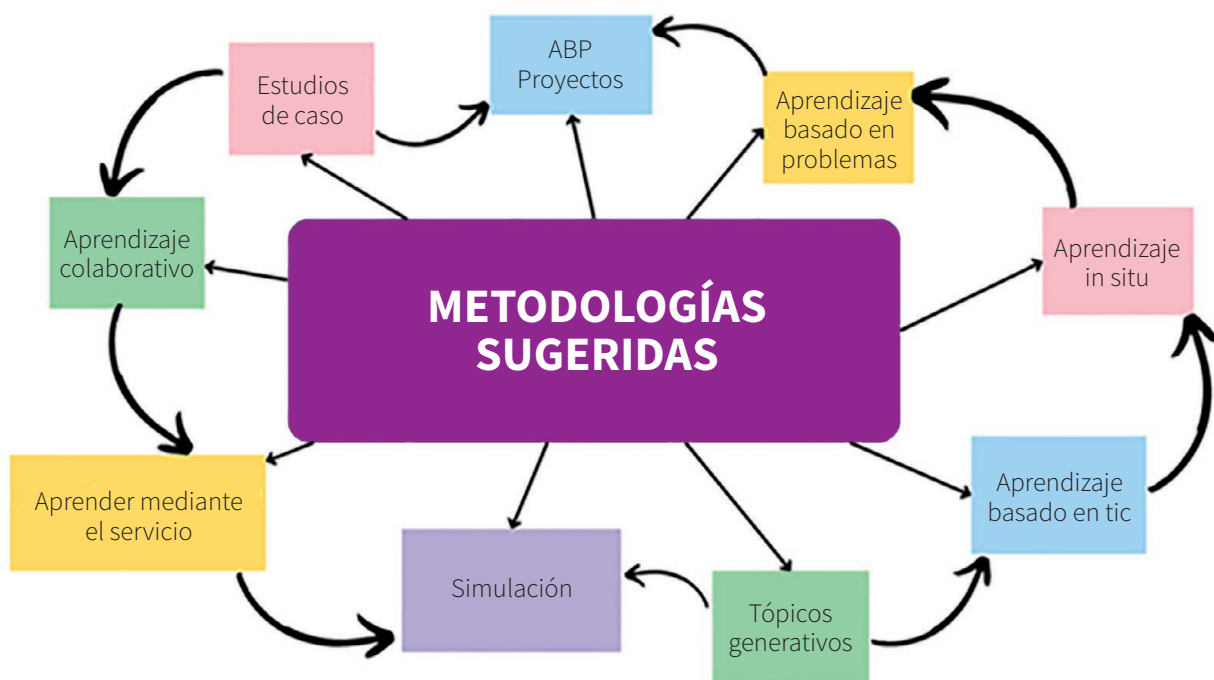
En este mismo sentido, en la educación formal institucionalizada, la toma de decisiones supone, como expresa Coll (2010), la presencia de una acción educativa intencional, sistemática, planificada y especializada, orientada a promover y favorecer el aprendizaje, donde la decisión de metodologías da cuenta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

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

La enseñanza por competencias demanda indefectiblemente participación activa del estudiante.

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

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



Elaborado con base en Pimienta (2012)

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

## Orientaciones sobre la evaluación del espacio

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

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

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

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

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

### INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN



Elaborado a partir de Ramírez Santander (2003)

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

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

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

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

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

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

En esta línea de pensamiento, Litwin reflexiona:

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



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

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

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

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

## Orientaciones sobre autonomía curricular

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

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

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

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

Entendiendo a la educación como formadora de sujetos conviviendo en sociedad y la conciencia corporal como construcción de sujetos de derechos en relación con sí mismo y en vínculo con los grupos que interactúan. Es imprescindible el enfoque teórico-práctico sobre la conciencia corporal que habilita a nuevas estrategias pedagógicas educativas para la vida social y cultural, el desarrollo sostenible, hábitos saludables, convivencia ciudadana, disfrute y uso del tiempo libre. El cuerpo como construcción ha tenido cambios según los procesos históricos socioculturales y políticos, donde era solo el instrumento para la sobrevivencia y las conquistas, reduciendo la mirada a lo anatómico-biológico como parte esencial del ser humano. Si bien es un componente que hoy en día sigue siendo fundamental, se incorporan nuevas miradas que hacen a la construcción del ser humano en el mundo actual.

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

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

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

## Tramo 6 | Grado 9.º

### Perfil general del tramo

Al finalizar este tramo, en diferentes ámbitos de participación ciudadana y en el vínculo con el otro, cada estudiante conoce y respeta derechos, asume responsabilidades y promueve el respeto del otro. Propone instancias y procesos de toma de decisión democrática en su entorno, reconociendo las perspectivas y características de los derechos. En vínculo con esto, valora y promueve las características culturales locales, regionales y globales como una riqueza, e identifica las interrelaciones entre ellas. Con relación a los conflictos socioambientales, reflexiona sobre su multidimensionalidad, sus causas, y la incidencia de la acción humana en la evolución del equilibrio ambiental.

Frente a aspectos de la realidad que le son complejos, plantea preguntas y emprende proyectos de indagación personales y colaborativos, construyendo nuevos significados para situaciones concretas. Así mismo, participa y evalúa proyectos para dar respuesta de forma ética a problemas emergentes en diferentes campos del saber, en situaciones cotidianas, a través de acciones convencionales y no convencionales. Evalúa las razones que defienden distintas posiciones, identificando acuerdos y desacuerdos. Reconoce y revisa las partes de un razonamiento complejo y estructura la argumentación con relación al contexto y al destinatario. Además, planifica y desarrolla experimentos y desafíos, a la vez que identifica las tecnologías necesarias y los contextos propicios para su implementación, y reconoce los alcances y limitaciones. Interpreta y crea modelos, analogías y teorías, las que acepta o rechaza. Para modelizar un problema, utiliza distintas formas de representación y sistematización de los datos. Planifica, desarrolla y modifica programas y dispositivos tecnológicos. Construye explicaciones coherentes con la metodología utilizada para el estudio de un fenómeno y las pruebas obtenidas.

El estudiante integra y mantiene redes de apoyo colaborativas y construye nuevos espacios de referencia. Valora con actitud asertiva la producción de sus ideas, así como la concreción de sus proyectos, con flexibilidad para el cambio y la creatividad. Para ello asume distintos roles en trabajo cooperativo, desarrollando habilidades de planificación, organización y coordinación.

En los espacios digitales de intercambio y producción, reconoce y tiene en cuenta problemas de equidad vinculados al acceso y uso de las tecnologías digitales y la formación digital a escala local y global. Reflexiona sobre la construcción de su huella e identidad digital y analiza la no neutralidad de medios y contenidos digitales. Identifica distintos usos de los algoritmos y la inteligencia artificial. En concordancia con sus intereses y propósitos, selecciona, analiza, organiza y jerarquiza la información relevante justificando sus elecciones. Evalúa la veracidad, los usos de la información disponible, así como los modelos del entorno, manteniendo una actitud crítica.

Desde un vínculo empático y en oposición a la violencia, reconoce al otro y respeta y valora las diferencias, coincidencias y complementariedades. Observa sus emociones, acciones, espacios de libertad y responsabilidades para la toma de decisiones, teniendo en cuenta sus fortalezas y fragilidades. Reconoce, respeta y valora su cuerpo y acciones corporales, así como

las diferentes corporalidades. Desarrolla sus propias fortalezas y habilidades sociales para el reconocimiento del conflicto y la búsqueda de alternativas ante situaciones cotidianas de forma autónoma. Además, promueve una sociedad más justa, inclusiva y equitativa, integrando diversas perspectivas.

En el desarrollo de sus procesos internos de pensamiento, se maneja con creciente autonomía y organización. Aplica información de otros contextos a nuevos, justificando las decisiones de esa transferencia. Explicita y autorregula las rutas de pensamiento asociadas a sus aprendizajes en función del conocimiento de sus procesos cognitivos de apropiación.

En el plano de la comunicación, expone, dialoga, describe, argumenta, explica y define conceptos mediante representaciones diversas. En forma fluida lee, se expresa oralmente y logra procesos de escritura de textos, aplicando diversos soportes, lenguajes alternativos y técnicos y mediaciones cuando se requiera. Desarrolla estrategias de comunicación pertinentes a los contextos e interlocutores y comunica sus procesos de interpretación intercambiando posturas. En relación con segundas lenguas, incorpora vocabulario en la lectura, escritura y expresión oral con riqueza léxica. Sobre lenguajes computacionales, escribe y explica la ejecución de programas que incluyen una combinación de comandos, expresiones, procedimientos y funciones.

## **Competencias específicas de la unidad curricular y su contribución al desarrollo de las competencias generales del MCN**

### **CE1. Competencia motriz**

Evalúa y crea prácticas motrices reflexivas, emocionales y observables del cuerpo humano que promueven un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos en relación con el deporte, el juego, la recreación, la gimnasia y las expresiones del movimiento motriz.

Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitiva, Intrapersonal, Relación con los otros, Iniciativa y orientación a la acción.

### **CE2. Competencia corporeidad y entorno**

Crea su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas) en situaciones concretas para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno desde una corporeidad integral.

Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitivo, Pensamiento computacional.

### **CE3. Competencia motriz expresiva**

Elabora y modifica desde la práctica de su corporeidad generando autoconfianza en sí mismo para su autonomía y participación ciudadana.

Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento crítico, Metacognitiva, Relación con los otros, Iniciativa y orientación a la acción.

#### **CE4. Competencia cuerpo y pensamiento científico**

Argumenta, interpela e investiga científicamente sobre saberes propios de la educación física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área para contribuir a la toma de decisiones reflexivas.

Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento científico, Metacognitiva, Intrapersonal, Iniciativa y orientación a la acción, Ciudadanía local, global y digital.

#### **Contenidos estructurantes del tramo**



## Contenidos, criterios de logro del grado 9.º y su contribución al desarrollo de las competencias específicas

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
<b>CE1.</b> <b>Competencia motriz</b> Evalúa y crea prácticas motrices reflexivas, emocionales y observables del cuerpo humano que promueven un estilo de vida saludable que implica conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos en relación con el deporte, el juego, la recreación, la gimnasia y las expresiones del movimiento humano.	<b>1. Conciencia Corporal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>El aparato locomotor en relación con las prácticas motrices, nomenclaturas, topologías y funcionalidad corporal. Relación con programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales en su comunidad.</li> <li>La percepción corporal desde la experiencia afectiva en relación con el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable.</li> <li>La ética en las situaciones de riesgo en el uso de las redes sociales.</li> <li>Propuestas en el medio acuático y acciones en consonancia.</li> </ul>	CL1.1. Percibe y analiza sobre el aparato locomotor en relación con las prácticas motrices, nomenclaturas, topologías y funcionalidad corporal y lo vincula con programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales en su comunidad. CL1.2. Percibe su corporeidad, desde la experiencia afectiva en relación con el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable. CL1.3. Reflexiona sobre el involucramiento ético en las situaciones de riesgo en el uso de las redes sociales. CL1.4. Comprende y desarrolla propuestas en el medio acuático y acciones en consonancia.
	<b>2. Juego y recreación</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>El juego como estructura estática con reglas.</li> <li>El jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio.</li> <li>El juego en clave de inclusión educativa.</li> <li>La imagen corporal y el afianzamiento de la identidad corporal en el jugar con sus pares.</li> <li>El juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica.</li> <li>Propuestas en el medio natural y uso del tiempo libre:               <ul style="list-style-type: none"> <li>juegos de orientación</li> <li>juegos en espacios naturales y del entorno cercano</li> <li>reconocimiento y contemplación de espacios del entorno cercano</li> <li>campamentos: planificación y organización.</li> </ul> </li> <li>Propuestas de juegos en el medio acuático.</li> </ul>	CL2.1. Reconoce y practica el juego como estructura estática con reglas. CL2.2. Interioriza el jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio, en clave de inclusión educativa. CL2.3. Afianza la identidad corporal en el juego motor con sus pares. CL2.4. Reflexiona sobre el juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica. CL2.5. Genera e incorpora actividades en la naturaleza en su acervo motriz. CL2.6. Participa en propuestas de <ul style="list-style-type: none"> <li>campamento:</li> <li>organización</li> <li>planificación</li> <li>evaluación</li> <li>seguridad</li> </ul> CL2.7. Plantea propuestas de juegos en el medio acuático.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
	<p><b>3. Deporte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos.</li> <li>Internas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- aspectos técnicos</li> <li>- intenciones tácticas</li> <li>- reglamentos</li> <li>- modos de competencia.</li> </ul> </li> <li>Problematización de estructuras externas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- deporte y salud</li> <li>- aspectos socioculturales y deporte</li> <li>- deporte y tecnología.</li> </ul> </li> <li>Intereses y práctica de deportes náuticos.</li> </ul>	<p>CL3.1. Identifica y se apropia de las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos:</p> <p>Internas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aspectos técnicos;</li> <li>- intenciones tácticas;</li> <li>- reglamentos;</li> <li>- modos de competencia.</li> </ul> <p>CL3.2. Problematiza sobre temas de estructura externas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- deporte y salud;</li> <li>- aspectos socioculturales y deporte;</li> <li>- deporte y tecnología.</li> </ul> <p>CL3.3. Identifica intereses y prácticas en deportes náuticos y acuáticos.</p>
	<p><b>4. Gimnasia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Series coreográficas: artísticas, aeróbicas y -otras modalidades</li> <li>Prácticas de diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado</li> <li>Tono muscular: tensión-relajación.</li> <li>Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia y flexibilidad. Coordinación. Técnicas de respiración.</li> <li>Distancias y cercanías del deporte y las prácticas expresivas.</li> <li>Distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</li> </ul>	<p>CL4.1. Discrimina asertivamente buenas prácticas con argumentación.</p> <p>CL4.2. Crea e interpreta series coreográficas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- artísticas</li> <li>- aeróbicas</li> <li>- otras modalidades.</li> </ul> <p>CL4.3. Interioriza el correcto uso de las diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado.</p> <p>CL4.4. Concientiza la importancia del tono muscular: tensión-relajación.</p> <p>CL4.5. Reconoce técnicas de respiración.</p> <p>CL4.6. Indaga desde la práctica en técnicas para trabajar la fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación.</p> <p>CL4.7. Reflexiona sobre distancias y cercanías entre el deporte y prácticas expresivas.</p> <p>CL4.8. Identifica y argumenta sobre distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</p>
	<p><b>5. Prácticas expresivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La conciencia corporal del esquema corporal relacionada con la expresión motriz, emocional y cognitiva.</li> <li>La comunicación corporal en su cotidianeidad en diferentes contextos.</li> <li>La danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</li> </ul>	<p>CL5.1. Explica y utiliza asertivamente la concientización corporal relacionada con la expresión motriz, emocional y cognitiva.</p> <p>CL5.2. Incorpora y reconoce la comunicación corporal en su cotidianeidad en diferentes contextos.</p> <p>CL5.3. Interpreta a la danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</p>

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
<p><b>CE2.</b> <b>Competencia corporeidad y entorno</b> Crea su esquema corporal, nociones perceptivas (motrices y afectivas) en situaciones concretas para dar respuesta a las distintas situaciones en su entorno desde una corporeidad integral.</p>	<p><b>1. Conciencia Corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El aparato locomotor en relación con las prácticas motrices, nomenclaturas, topologías y funcionalidad corporal. Relación con programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales en su comunidad.</li> <li>• La percepción corporal desde la experiencia afectiva en relación con el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable.</li> <li>• La ética en las situaciones de riesgo en el uso de las redes sociales.</li> <li>• Propuestas en el medio acuático y acciones en consonancia.</li> </ul>	<p>CL1.1. Analiza y reflexiona sobre el aparato locomotor en relación con las prácticas motrices, nomenclaturas, topologías y funcionalidad corporal y lo vincula con programas y proyectos deportivos, recreativos y socioculturales en su comunidad.</p> <p>CL1.2. Percibe su corporeidad, desde la experiencia afectiva en relación con el autocuidado, la vida activa y la alimentación saludable.</p> <p>CL1.3. Reflexiona sobre el involucramiento ético en las situaciones de riesgo en el uso de las redes sociales.</p> <p>CL1.4. Comprende y desarrolla propuestas en el medio acuático y acciones en consonancia.</p>
	<p><b>2. Juego y recreación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El juego como estructura estática con reglas.</li> <li>• El jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio.</li> <li>• El juego en clave de inclusión educativa.</li> <li>• La imagen corporal y el afianzamiento de la identidad corporal en el jugar con sus pares.</li> <li>• El juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica.</li> <li>• Propuestas en el medio natural y uso del tiempo libre: <ul style="list-style-type: none"> <li>- juegos de orientación</li> <li>- juegos en espacios naturales y del entorno cercano</li> <li>- reconocimiento y contemplación de espacios del entorno cercano</li> <li>- campamentos: planificación y organización.</li> </ul> </li> <li>• Propuestas de juegos en el medio acuático.</li> </ul>	<p>CL2.1. Reconoce el juego como estructura estática con reglas.</p> <p>CL2.2. Interioriza el jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio.</p> <p>CL2.3. Incorpora el juego en clave de inclusión educativa.</p> <p>CL2.4. Afianza la identidad corporal en el juego con sus pares.</p> <p>CL2.5. Reflexiona sobre el juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica.</p> <p>CL2.6. Genera e incorpora actividades en la naturaleza en su acervo.</p> <p>CL2.7. Realiza propuestas de campamento: <ul style="list-style-type: none"> <li>- organización</li> <li>- planificación</li> <li>- evaluación</li> <li>- seguridad</li> </ul> </p> <p>CL2.8. Plantea propuestas de juegos en el medio acuático.</p>



COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
	<p><b>3. Deporte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos.</li> <li>Internas:           <ul style="list-style-type: none"> <li>aspectos técnicos</li> <li>intenciones tácticas</li> <li>reglamentos</li> <li>modos de competencia</li> </ul> </li> <li>Problematización de estructuras externas:           <ul style="list-style-type: none"> <li>deporte y salud</li> <li>aspectos socioculturales y deporte</li> <li>deporte y tecnología</li> </ul> </li> <li>Intereses y práctica de deportes náuticos.</li> </ul>	<p>CL3.1. Identifica y se apropia de las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos:</p> <p>Internas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>aspectos técnicos</li> <li>intenciones tácticas</li> <li>reglamentos</li> <li>modos de competencia</li> </ul> <p>CL3.2. Problematiza sobre temas de estructura externas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>deporte y salud</li> <li>aspectos socioculturales y deporte</li> <li>deporte y tecnología.</li> </ul> <p>CL3.3. Identifica intereses y prácticas de deportes náuticos y acuáticos.</p>
	<p><b>4. Gimnasia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Series coreográficas: artísticas, aeróbicas y -otras modalidades.</li> <li>Prácticas de diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado.</li> <li>Tono muscular: tensión-relajación.</li> <li>Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia y flexibilidad. Coordinación. Técnicas de respiración.</li> <li>Distancias y cercanías del deporte y las prácticas expresivas.</li> <li>Distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</li> </ul>	<p>CL4.1. Discrimina asertivamente buenas prácticas con argumentación.</p> <p>CL4.2. Crea e interpreta series coreográficas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>artísticas</li> <li>aeróbicas</li> <li>otras modalidades.</li> </ul> <p>CL4.3. Interioriza el correcto uso de las diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado.</p> <p>CL4.4. Concientiza sobre la importancia del tono muscular: tensión-relajación; y las técnicas de respiración.</p> <p>CL4.5. Internaliza en las técnicas para trabajar la fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación.</p> <p>CL4.6. Reflexiona sobre distancias y cercanías entre el deporte y las prácticas expresivas.</p> <p>CL4.7. Identifica y argumenta sobre distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</p>
	<p><b>5. Prácticas expresivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La conciencia corporal del esquema corporal relacionada con la expresión motriz, emocional y cognitiva.</li> <li>La comunicación corporal en su cotidianeidad en diferentes contextos.</li> <li>La danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</li> </ul>	<p>CL5.1. Explica y utiliza asertivamente la concientización corporal relacionada con la expresión motriz, emocional y cognitiva.</p> <p>CL5.2. Incorpora y reconoce la comunicación corporal en su cotidianeidad en diferentes contextos.</p> <p>CL5.3. Interpreta la danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</p>

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
<p><b>CE3.</b> <b>Competencia motriz expresiva</b> Elabora y modifica desde la práctica de su corporeidad generando autoconfianza en sí mismo para su autonomía y participación ciudadana.</p>	<p><b>1. Juego y recreación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El juego como estructura estática con reglas.</li> <li>• El jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio.</li> <li>• El juego en clave de inclusión educativa.</li> <li>• La imagen corporal y el afianzamiento de la identidad corporal en el jugar con sus pares.</li> <li>• El juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica.</li> <li>• Propuestas en el medio natural y uso del tiempo libre: <ul style="list-style-type: none"> <li>- juegos de orientación</li> <li>- juegos en espacios naturales y del entorno cercano</li> <li>- reconocimiento y contemplación de espacios del entorno cercano</li> <li>- campamentos: planificación y organización.</li> </ul> </li> <li>• Propuestas de juegos en el medio acuático.</li> </ul>	<p>CL1.1. Reconoce el juego como estructura estática con reglas. Interioriza el jugar como acción y acontecimiento que transita un tiempo y espacio.</p> <p>CL1.2. Incorpora el juego en clave de inclusión educativa.</p> <p>CL1.3. Afianza la identidad corporal en el jugar con sus pares.</p> <p>CL1.4. Reflexiona sobre el juego como patrimonio cultural y práctica social e histórica.</p> <p>CL1.5. Genera e incorpora actividades en la naturaleza en su acervo.</p> <p>CL1.6. Realiza propuestas de - campamento: - organización - planificación - evaluación - seguridad</p> <p>CL1.7. Plantea propuestas de juegos en el medio acuático.</p>
	<p><b>2. Gimnasia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Series coreográficas: artísticas, aeróbicas y -otras modalidades</li> <li>• Prácticas de diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado</li> <li>• Tono muscular: tensión-relajación.</li> <li>• Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia y flexibilidad. Coordinación. Técnicas de respiración.</li> <li>• Distancias y cercanías del deporte y las prácticas expresivas.</li> <li>• Distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</li> </ul>	<p>CL2.1. Discrimina asertivamente buenas prácticas con argumentación.</p> <p>CL2.2. Crea e interpreta series - coreográficas: - artísticas - aeróbicas - otras modalidades</p> <p>CL2.3. Interioriza el correcto uso de las diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado.</p> <p>CL2.4. Concientiza la importancia del tono muscular, tensión-relajación; y en las técnicas de respiración.</p> <p>CL2.5. Interioriza y comprende las técnicas para trabajar la fuerza, resistencia y flexibilidad y coordinación.</p> <p>CL2.6. Reflexiona sobre distancias y cercanías entre el deporte y las prácticas expresivas.</p> <p>CL2.8. Identifica y argumenta sobre distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</p>

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS	CONTENIDOS ESTRUCTURANTES Y DESGLOSE	CRITERIOS DE LOGRO
<p><b>CE4. Competencia cuerpo y pensamiento científico</b> Argumenta, interpela e investiga científicamente sobre saberes propios de la educación física, generando espacios de comprensión de las diferentes concepciones del área para contribuir a la toma de decisiones reflexivas. Contribuye al desarrollo de las competencias generales del MCN Comunicación, Pensamiento creativo, Pensamiento científico, Metacognitiva, Intrapersonal, Iniciativa y orientación a la acción, Ciudadanía local, global y digital.</p>	<p><b>3. Prácticas expresivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La conciencia corporal del esquema corporal relacionada con la expresión motriz, emocional y cognitiva.</li> <li>• La comunicación corporal en su cotidianidad en diferentes contextos.</li> <li>• La danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</li> </ul>	<p>CL3.1. Explica y expresa la concientización corporal relacionada con la acción motriz, emocional y cognitiva.</p> <p>CL3.2. Incorpora y reconoce la comunicación corporal en su cotidianidad en diferentes contextos.</p> <p>CL3.3. Interpreta la danza como una manifestación cultural que abarca movimientos corporales, música, ritmo, expresión corporal y sentimientos.</p>
	<p><b>1. Deporte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos.</li> <li>• Internas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- aspectos técnicos</li> <li>- intenciones tácticas</li> <li>- reglamentos</li> <li>- modos de competencia</li> </ul> </li> <li>• Problematicación de estructuras externas: <ul style="list-style-type: none"> <li>- deporte y salud</li> <li>- aspectos socioculturales y deporte</li> <li>- deporte y tecnología</li> </ul> </li> <li>• Intereses y práctica de deportes náuticos.</li> </ul>	<p>CL1.1. Identifica y jerarquiza las estructuras internas y externas de los deportes individuales y colectivos:</p> <p>Internas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aspectos técnicos</li> <li>- intenciones tácticas</li> <li>- reglamentos</li> <li>- modos de competencia.</li> </ul> <p>CL1.2. Indaga y relaciona sobre temas de estructura externas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- deporte y salud</li> <li>- aspectos socioculturales y deporte</li> <li>- deporte y tecnología.</li> </ul> <p>CL1.3. Identifica e indaga sobre intereses y prácticas en deportes náuticos y acuáticos.</p>
	<p><b>2. Gimnasia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Series coreográficas: artísticas, aeróbicas y -otras modalidades</li> <li>• Prácticas de diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado</li> <li>• Tono muscular: tensión-relajación.</li> <li>• Técnicas para trabajar la fuerza, resistencia y flexibilidad. Coordinación. Técnicas de respiración.</li> <li>• Distancias y cercanías del deporte y las prácticas expresivas.</li> <li>• Distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</li> </ul>	<p>CL2.1. Cuestiona sobre buenas prácticas con argumentación.</p> <p>CL2.2. Crea y diseña series coreográficas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- artísticas</li> <li>- aeróbicas</li> <li>- otras modalidades</li> </ul> <p>CL2.3. Interioriza y ajusta el correcto uso de las diferentes ayudas: cuidado del otro y autocuidado.</p> <p>CL2.4. Concientiza y reconoce la importancia del tono muscular, tensión-relajación; y las técnicas de respiración.</p> <p>CL2.5. Profundiza en las técnicas para trabajar la fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación.</p> <p>CL2.6. Cuestiona y analiza sobre distancias y cercanías entre el deporte y las prácticas expresivas.</p> <p>CL2.7. Identifica y argumenta sobre distintas prácticas gimnásticas en relación con la estética, la salud, la tecnología y pautas socioculturales.</p>

## Orientaciones metodológicas

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

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

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

Fuente: Elaborado en base a Pimienta (2012)

## Bibliografía sugerida para este tramo

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

## Referencias bibliográficas

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



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

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

## Anexos

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

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

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

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

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

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

## Anexo 2. Red conceptual de contenidos de Educación Física

