

# DISEÑO CURRICULAR



# EDUCACIÓN FÍSICA

PRIMERO A QUINTO AÑO

Dirección General de Planeamiento e Innovación Educativa | Gerencia Operativa de Currículum  
Texto incluido en **Diseño Curricular para la Nueva Escuela Secundaria**  
de la Ciudad de Buenos Aires. **Ciclo Básico** y **Ciclo Orientado del Bachillerato**. 2015



# EDUCACIÓN FÍSICA

OBJETIVOS Y CONTENIDOS TRONCALES PARA LA FINALIZACIÓN DE LA ESCUELA SECUNDARIA

PRESENTACIÓN

PROPÓSITOS DE ENSEÑANZA

PRIMER AÑO

SEGUNDO AÑO

ORIENTACIONES GENERALES PARA LA EVALUACIÓN

**NUEVA ESCUELA SECUNDARIA**  
DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES

## OBJETIVOS

Al finalizar la escuela secundaria, los estudiantes serán capaces de:

- Disponer de herramientas del campo de la educación física para sostener con autonomía un plan personalizado de actividad motriz como aporte a su proyecto de vida.
  - Identificar y poner en juego las capacidades motrices, reconociendo su incidencia en las prácticas corporales ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas, de vinculación con el ambiente y en la vida cotidiana.
  - Aplicar criterios y principios propios de la educación física en la realización de prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el ambiente.
  - Afianzar la imagen de sí y autoevaluar su desempeño en las prácticas corporales y motrices.
  - Apropiarse, valorar, recrear y disfrutar de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular –urbanas, rurales y otras–, de variados tipos de juegos, de deportes, de la gimnasia en sus diferentes expresiones y de las actividades en distintos ambientes, en el marco de la construcción compartida.
  - Resolver problemas en las situaciones motrices, mediante el logro de acuerdos, la elaboración táctica y/o el uso de diferentes habilidades motoras, y reflexionar acerca de los procesos y las producciones realizadas.
- Disponer de saberes para el diseño y gestión de proyectos referidos a prácticas corporales en la institución y/o en la comunidad, en ambientes naturales y otros, y con una actitud comprometida con las problemáticas ambientales.
  - Asumir actitudes de responsabilidad, solidaridad y respeto en las prácticas corporales y motrices en la integración de diferentes grupos.
  - Posicionarse críticamente en relación con los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación.
  - Participar en el desarrollo, organización y gestión de intercambios, encuentros o eventos para la realización de prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas–, mediante la autogestión y/o en relación con organizaciones e instituciones de la comunidad.
  - Emplear las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.

## CONTENIDOS TRONCALES

Los contenidos se organizan en tres ejes, *El propio cuerpo*, *El cuerpo y el medio físico* y *El cuerpo y el medio social*, en tanto el aprendizaje de prácticas corporales y motrices implica construir saberes en relación a sí mismo, en la interacción con los otros y con el ambiente del que se es parte.

Estos ejes se hacen presentes al interior de núcleos temáticos que remiten a prácticas socialmente significativas de la cultura corporal:

- Gimnasia para la formación corporal.
- Juegos.
- Experiencias en el medio natural.
- Gimnasia en sus diferentes expresiones.
- Deportes cerrados.
- Deportes abiertos.
- Prácticas acuáticas.

Los núcleos “Gimnasia para la formación corporal” y “Juegos” se abordan en todos los años del nivel.

Para el abordaje de los núcleos “Gimnasia y sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados”, “Deportes abiertos” y “Prácticas acuáticas”, se presenta una secuencia de contenidos organizada en niveles. Además, se proponen opciones para el armado de los recorridos formativos a ser consideradas por las instituciones y los estudiantes en este nivel.

Las experiencias en el medio natural se organizan a partir de una secuencia de contenidos de 1er a 5º año. Se realizarán como mínimo dos salidas, en el transcurso de los cinco años de la escuela secundaria. Las prácticas acuáticas se enseñarán dependiendo de las posibilidades de cada institución para hacer viable su implementación.

## NÚCLEOS, EJES Y CONTENIDOS TRONCALES

Núcleo: Gimnasia para la formación corporal		
Eje: El propio cuerpo	Eje: El cuerpo y el medio físico	Eje: El cuerpo y el medio social
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad motora y habilidad motriz.</li> <li>• Postura.</li> <li>• La entrada en calor.</li> <li>• Cambios corporales.</li> <li>• Conciencia corporal.</li> <li>• Funciones de los grupos musculares.</li> <li>• Tareas, criterios y principios de entrenamiento para el plan personalizado de constitución corporal.</li> <li>• Hábitos de vida saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los espacios de la clase.</li> <li>• Uso y aprovechamiento de los espacios.</li> <li>• Variables temporales.</li> <li>• Prevención de situaciones de riesgo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Ayuda mutua en las tareas motrices.</li> <li>• Acciones motrices expresivas.</li> </ul>

Núcleo: Juegos
Eje: El cuerpo y el medio social
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos cooperativos, tradicionales, de competencia, alternativos, originarios de diversas comunidades.</li> <li>• Invención de juegos.</li> <li>• Organización táctica autónoma del grupo para jugar.</li> <li>• Respeto por las reglas.</li> <li>• Estrategias para la resolución de conflictos en los juegos.</li> <li>• El derecho de todos a participar.</li> <li>• Juego limpio.</li> </ul>

Núcleo: Experiencias en el medio natural <sup>1</sup>		
Eje: El propio cuerpo	Eje: El cuerpo y el medio físico	Eje: El cuerpo y el medio social
<ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidades motoras en la resolución de situaciones motrices en el medio natural.</li> <li>Caminata.</li> <li>Nutrición e hidratación.</li> <li>Técnicas de trepa, suspensión, balanceo.</li> <li>Experimentación sensible de los elementos naturales.</li> <li>Primeros auxilios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Instalación del campamento.</li> <li>Orientación.</li> <li>Cuidado del medio natural.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tareas y juegos grupales.</li> <li>Disfrute del medio natural.</li> <li>Organización comunitaria.</li> <li>Acuerdos grupales.</li> <li>Normas y valores.</li> <li>Planificación del campamento y/o la salida.</li> <li>Identificación de problemáticas ambientales.</li> </ul>

Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones (artística, rítmica y expresiva)		
Eje: El propio cuerpo	Eje: El cuerpo y el medio físico	Eje: El cuerpo y el medio social
<ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidades propias de la gimnasia rítmica y la artística.</li> <li>Enlaces de diferentes habilidades gimnásticas.</li> <li>Producciones coreográficas.</li> <li>Conciencia corporal.</li> <li>Ritmo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Variables físicas de las acciones motrices.</li> <li>Utilización del espacio.</li> <li>Lectura y anticipación de trayectorias de elementos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación corporal.</li> <li>Producciones coreográficas grupales.</li> <li>Cuidado del compañero.</li> <li>Acuerdos y grupales.</li> <li>Normas y valores.</li> <li>Juegos rítmicos.</li> </ul>

<sup>1</sup> Con la expresión *ambiente natural* se designa a aquellos ámbitos con escasa o mediana intervención de la mano del hombre, cuya accesibilidad a la institución escolar hace posible la realización en ellos de las experiencias pedagógicas específicas del área.

<b>Núcleo: Deportes cerrados (atletismo)</b>		
<b>Eje: El propio cuerpo</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio físico</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio social</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades motoras específicas del atletismo.</li> <li>• Pruebas atléticas.</li> <li>• Conciencia corporal.</li> <li>• Relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nociones espaciales y temporales en las trayectorias y desplazamientos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos atléticos.</li> <li>• Competencias atléticas.</li> <li>• Prácticas atléticas.</li> <li>• Encuentros atléticos.</li> <li>• Acuerdos grupales.</li> <li>• Resolución de conflictos.</li> </ul>

<b>Núcleo: Deportes abiertos (voleibol, básquetbol, cestobol, handball, hockey, fútbol, rugby, softbol)</b>		
<b>Eje: El propio cuerpo</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio físico</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio social</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Variables físicas de movimiento.</li> <li>• Uso del espacio del juego con sentido táctico.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El juego.</li> <li>• Táctica individual y colectiva. Principios. Sistemas de juego.</li> <li>• Reglas, normas y valores.</li> <li>• Juego limpio.</li> </ul>

<b>Núcleo: Prácticas acuáticas</b>		
<b>Eje: El propio cuerpo</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio físico</b>	<b>Eje: El cuerpo y el medio social</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado de la salud.</li> <li>• Conciencia corporal.</li> <li>• Habilidades motoras.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocimiento de la pileta.</li> <li>• Situaciones de riesgo.</li> <li>• Resistencia del agua.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos.</li> <li>• Normas y valores.</li> <li>• Prácticas acuáticas.</li> <li>• Encuentros de prácticas acuáticas.</li> </ul>



**Recorrido formativo de la materia Educación Física de primero a quinto año. Opciones a considerar.**

En este cuadro se grafica la distribución de los contenidos por año. En el primer año, si se observa la columna correspondiente, se presenta un muestreo donde los estudiantes transitan por diferentes prácticas

corporales. A partir de segundo año, se presentan opciones, según se decida profundizar en el aprendizaje de la gimnasia, los deportes abiertos o el atletismo. La opción elegida incluirá además la enseñanza de otras prácticas corporales (cuya enseñanza se aborda), con una carga temporal menor.

1 <sup>er</sup> AÑO	2 <sup>o</sup> AÑO	3 <sup>er</sup> AÑO	4 <sup>o</sup> AÑO	5 <sup>o</sup> AÑO
Gimnasia para la formación corporal (de 1° a 5°)				
Juegos (de 1° a 5°)				
Experiencias en el medio natural (un mínimo de dos salidas al medio natural en el transcurso de los cinco años)				
Una expresión de la gimnasia.	Opción 1: Elección de una expresión de la gimnasia.  Una prueba atlética (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres a elección en el transcurso de 2° año a 5° año inclusive). Un deporte abierto (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres a elección en el transcurso de 2° año a 5° año inclusive).  Opción 2: Elección de un deporte abierto.  Una prueba atlética (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres en el transcurso de 2° a 5°). Una expresión de la gimnasia (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres en el transcurso de 2° a 5°).  Opción 3: Elección del deporte cerrado atletismo.  Un deporte abierto (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres en el transcurso de 2° a 5°). Una expresión de la gimnasia (a desarrollarse en, por lo menos, dos trimestres en el transcurso de 2° a 5°).  Otras opciones que la institución escolar seleccione.  Las prácticas acuáticas podrán constituir una cuarta opción o integrarse a las anteriores, según las posibilidades de infraestructura de cada institución.			
Una prueba atlética (por lo menos).				
Dos deportes abiertos (por lo menos).				
Prácticas acuáticas (dependiendo de las posibilidades de cada institución)				



**EDUCACIÓN FÍSICA**

## PRESENTACIÓN

La Educación Física interviene en la formación corporal y motriz de los estudiantes, al promover la apropiación de los saberes<sup>2</sup> de la cultura corporal entre los que se encuentran las prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas y de relación con el ambiente–. Favorece en los estudiantes su formación integral, como así también la valoración y disfrute de estas prácticas, tanto en la escuela como en otros ámbitos.

Esta asignatura pretende que cada alumno conquiste su disponibilidad corporal y motriz en el conocimiento y la relación con su propio cuerpo, con el medio físico y el medio social, construyendo un vínculo armónico y fluido consigo mismo y con los otros. Se entiende que “El cuerpo y el movimiento constituyen dimensiones significativas en la construcción de su identidad. A través del cuerpo y su movimiento las personas se comunican, expresan y relacionan, aprendiendo a hacer y a ser. Cuerpo y movimiento son así esenciales en la adquisición del saber sobre el mundo, la sociedad y la propia capacidad de acción y de resolución de problemas.”<sup>3</sup> El cuerpo, entendido como corporeidad, es la presencia en el mundo de un sujeto, su modo de existencia y lo implica en el “[...] hacer, saber, pensar,

sentir, comunicar y querer”.<sup>4</sup> El movimiento se resignifica al ser interpretado como motricidad, es decir, como intencionalidad en acción; mediante la motricidad los estudiantes se vinculan, concretan sus proyectos y se integran como sujetos sociales.

En este enfoque el cuerpo es entendido como unidad compleja, que contiene en sí mismo distintas dimensiones a través de las cuales el sujeto se expresa y se desarrolla en la interacción con los otros. En este sentido cobra especial significación la inclusión de la perspectiva de género en la enseñanza y la incorporación de contenidos de ESI como parte de la propuesta educativa en la Educación Física de la escuela secundaria. Es preciso generar situaciones didácticas que superen los estereotipos de género en las prácticas corporales y motrices, en función de garantizar igualdad de derechos y oportunidades para todos los estudiantes. Esto requiere necesariamente poner en cuestión ciertas regulaciones instituidas en el campo de la Educación Física escolar que determinaban qué prácticas eran posibles y deseables para mujeres y cuáles lo eran para los varones.

En el tránsito por la educación secundaria, se promueve que los estudiantes realicen prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas– inclusivas, saludables, caracterizadas por la equidad, la interacción e integración entre los géneros y el respeto a la diversidad, en un proceso de creciente autonomía.

La Educación Física cumple una función democratizadora, al posibilitar el derecho de los estudiantes en el acceso a estos saberes, atendiendo a la diversidad.

<sup>2</sup> Los saberes no hacen referencia solo a saberes teóricos. *Saber* es saber hacer, saber actuar, saber razonar o conceptualizar. Cuando hablamos de saberes corporales, hacemos referencia a los que se originan en la relación cognitiva y afectiva con el propio cuerpo (la cognitiva y la afectiva son relaciones diferentes, pero se estructuran simultáneamente). MCBA, Dirección de Currículum: *Educación Física. Documento de trabajo N° 1*, 1995.

<sup>3</sup> M.E.C. *Contenidos Básicos Comunes*, capítulo “Educación Física”. Buenos Aires, 1995.

<sup>4</sup> Rey Cao, Ana; Trigo Aza, Eugenia. *Motricidad... ¿quién eres?* La Coruña, Universidad de la Coruña, 2001.



Mediante las propuestas pedagógicas, la Educación Física contribuye a la formación de ciudadanos críticos, reflexivos, solidarios, autónomos, creativos y responsables del bien común, que participen con creciente autonomía en el diseño e implementación de proyectos referidos a prácticas corporales y motrices en diferentes ámbitos, en la institución y/o en la comunidad.

Se propicia en los estudiantes la toma de conciencia respecto de la importancia del cuidado de sí mismos y de los otros, en las decisiones vinculadas a la salud, fortaleciendo la autoestima y la búsqueda de caminos para la realización personal.

Mediante las propuestas pedagógicas, la Educación Física contribuye a la formación de ciudadanos críticos, reflexivos, solidarios, autónomos, creativos y responsables del bien común, que participen con creciente autonomía en el diseño e implementación de proyectos referidos a prácticas corporales y motrices en diferentes ámbitos, en la institución y/o en la comunidad.

Los contenidos de la asignatura se organizan en tres ejes: “El propio cuerpo”, “El cuerpo y el medio físico” y “El cuerpo y el medio social”, en tanto que el aprendizaje de prácticas corporales y motrices implica construir saberes en relación a sí mismo, en la interacción con los otros y con el ambiente del que se es parte.

Estos ejes se encuentran presentes al interior de núcleos temáticos, que remiten a prácticas socialmente significativas de la cultura corporal:

- Gimnasia para la formación corporal.
- Juegos.
- Experiencias en el medio natural.
- Gimnasia en sus diferentes expresiones.
- Deportes cerrados.
- Deportes abiertos.
- Prácticas acuáticas.

Esta propuesta se fundamenta en un enfoque disciplinar de la educación física que considera la complejidad de la realidad humana, reconociendo en el hacer

corporal y motor sus diferentes dimensiones. Favorece un abordaje integral del sujeto de modo tal que en el aprendizaje de las diferentes prácticas motrices, cada uno pueda construir saberes en relación a sí mismo, en la interacción con los otros y con el ambiente del que es parte.

Los contenidos del núcleo temático “Gimnasia para la formación corporal” deberán abordarse en todas las clases con todos los grupos de alumnos.

En el transcurso de la escuela secundaria los docentes deben enseñar “Juegos” variados y habilitar espacios para la creación de otros nuevos. Los jóvenes y adolescentes reconocen y requieren de la práctica de diversos tipos de juegos que deben ser aprovechados por el docente con criterio pedagógico, lo cual potencia el valor formativo de las situaciones de enseñanza.

Las “Experiencias en el medio natural” se presentan en una secuencia de contenidos que comprende los cinco años. La institución asegurará por lo menos dos salidas, a realizarse en el transcurso de los cinco años del nivel. Según las características de las experiencias a desarrollar, el docente seleccionará los contenidos correspondientes de la secuencia propuesta.

Los núcleos temáticos “Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados”, “Deportes abiertos” y “Prácticas acuáticas” se presentan en primer año mediante propuestas pedagógicas que posibiliten la introducción en estas prácticas, de acuerdo con las posibilidades de cada institución. A partir de segundo año, el alumno podrá elegir el recorrido a realizar entre las opciones planteadas por la institución con referencia a estos núcleos temáticos. Estos cuatro núcleos se presentan en una secuencia organizada en tres niveles,



excepto en Prácticas acuáticas que son cuatro. El último nivel, que se incorpora en cada uno de los núcleos temáticos, no necesariamente debe ser alcanzado por todos los alumnos. La posibilidad de alcanzar los contenidos que en él se indican estará relacionada con la atención a los intereses de los estudiantes, sus saberes previos y los singulares itinerarios formativos que se diseñen.

Cualquiera de las opciones que la institución escolar seleccione, debe garantizar que al egresar de la escuela secundaria los estudiantes hayan:

- Elaborado y puesto en práctica tareas, ejercicios y planes para la formación corporal.
- Jugado juegos de diferentes características y organizaciones.
- Realizado experiencias relacionadas con salidas y campamentos en el medio natural.
- Participado en prácticas y/o en eventos relacionados con alguna de las expresiones de la gimnasia.

- Participado en prácticas y/o encuentros relacionados con por lo menos dos deportes abiertos.
- Participado en prácticas y/o encuentros relacionados con por lo menos dos pruebas atléticas.
- Profundizado sus saberes con respecto a alguna expresión de la gimnasia, un deporte abierto o el atletismo.
- Realizado experiencias en el medio acuático, en el caso que la institución cuente con los medios y/o las instalaciones necesarias.

Se recomienda el diseño de situaciones didácticas que posibiliten a los estudiantes profundizar en la fundamentación de su hacer corporal y motor, empleando diversos materiales de consulta (aportes bibliográficos, artículos periodísticos, videos, entre otros) y recursos tecnológicos.

Los docentes deben promover experiencias en las cuales los alumnos comprendan y resuelvan situaciones motrices, constituyan grupos y acuerden formas de resolución, sostengan con compromiso las decisiones acordadas y reflexionen críticamente sobre sus desempeños.

## PROPÓSITOS DE ENSEÑANZA

- Promover la comprensión del sentido de la educación física como un área del conocimiento orientada hacia dos dimensiones: la disponibilidad corporal de sí mismo en interacción con el ambiente y con los otros; la apropiación crítica de la cultura corporal y motriz como aporte a su proyecto de vida.
- Favorecer el afianzamiento de la imagen de sí y la autoevaluación de su desempeño en las prácticas corporales y motrices, posibilitando el desarrollo de sus capacidades –perceptivas, cognitivas, condicionales, coordinativas y relacionales– como soporte de la confianza y la autonomía.
- Favorecer el desarrollo y reconocimiento de las capacidades motoras, advirtiendo su incidencia en las prácticas lúdicas, gimnásticas, deportivas y en la vida cotidiana.
- Propiciar la apropiación, valoración, recreación y gestión autónoma de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular –urbanas, rurales y otras–, de variados tipos de juegos, de deportes, de la gimnasia en sus diferentes expresiones y de las actividades en distintos ambientes, caracterizadas por el disfrute, la construcción compartida, la integración entre los géneros, el respeto a la diversidad y el cuidado de la salud.
- Favorecer la reflexión crítica en la resolución de problemas, mediante el logro de acuerdos, la elaboración táctica y/o la construcción de diferentes habilidades motoras; la comunicación de los procesos y las producciones realizadas.
- Propiciar la participación de los estudiantes con creciente autonomía en el diseño y gestión de proyectos referidos a prácticas corporales, en la institución y/o en la comunidad, en ambientes naturales y otros, en interacción respetuosa con los mismos y con una actitud comprometida con las problemáticas ambientales.
- Promover la construcción de valores, la resolución autónoma de conflictos y el afianzamiento de una convivencia democrática, asumiendo actitudes de responsabilidad, solidaridad y respeto en las prácticas corporales y motrices en la integración de diferentes grupos.
- Favorecer la argumentación y el posicionamiento crítico en torno a los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación, en el entorno sociocultural y en la propia escuela.
- Propiciar la participación en el desarrollo, organización y gestión de intercambios, encuentros o eventos con diversas instituciones para la realización de prácticas corporales ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas que promuevan la integración y la inclusión social.
- Promover el uso creativo y responsable de las tecnologías de la información y la comunicación como aporte en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.

# PRIMER AÑO



## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Se espera que al finalizar el primer año, los estudiantes sean capaces de:

- Identificar las capacidades motoras en la realización de diferentes prácticas corporales y motrices, reconociendo los cambios corporales en el diseño de ejercicios y tareas para su desarrollo y mejora.
- Reconocer la importancia de la actividad física para el desarrollo de un estilo de vida saludable y el uso del tiempo libre.
- Contemplar la correcta alineación postural y el valor de la entrada en calor para el cuidado de sí mismo en diferentes tareas, ejercicios y juegos.
- Dominar en forma global por lo menos dos acciones motrices propias de las prácticas gimnásticas y su enlace en una secuencia.
- Resolver situaciones de juegos y deportes con empleo adecuado de habilidades motoras y organizaciones tácticas, logrando acuerdos sobre roles, espacios y reglas.
- Atender al cuidado propio y de los compañeros en diferentes situaciones de clase que se presenten, evitando situaciones de riesgo.
- Elaborar secuencias motrices expresivas con o sin soporte musical.
- Participar en juegos cooperativos y tradicionales, reorganizando sus reglas y elaborando distintos tipos de resoluciones a partir de acuerdos.

- Abordar y resolver conflictos grupales con creciente autonomía al participar en prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el medio natural.
- Vincularse con el ambiente y protegerlo, reconociendo sus particularidades, construyendo habilidades para la resolución de situaciones que el medio les presenta, estableciendo acuerdos sobre las tareas a realizar.
- Reconocer y ejercitar por lo menos una prueba atlética, logrando su dominio de manera global y atendiendo sus aspectos reglamentarios.
- Iniciarse en el conocimiento de dos deportes abiertos de diferentes estructuras, participando activamente en el desarrollo del juego y comprendiendo sus reglas específicas.

## CONTENIDOS

En el cuadro que sigue, se presentan dos columnas: en la primera, los contenidos correspondientes a cada núcleo y en la segunda se desarrollan alcances y sugerencias para la enseñanza.

No se espera que los contenidos sean abordados necesariamente en el orden presentado en la especificación de cada año. Es posible plantear distintos recorridos.

Contenidos	Alcances y sugerencias para la enseñanza
<b>Núcleo: Gimnasia para la formación corporal</b>	
<p><b>EL PROPIO CUERPO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de capacidad motora. Tipos de capacidades: condicionales y coordinativas.</li> <li>• Tareas y ejercicios para el desarrollo de las capacidades motrices.</li> <li>• La postura y su relación con la salud y las acciones motrices. Ejercicios para el ajuste postural</li> <li>• Tareas y ejercicios para la entrada en calor: su valor para el cuidado del propio cuerpo.</li> <li>• La regulación del esfuerzo. Técnicas de relajación.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades motoras básicas y combinadas: control y manejo del propio cuerpo, y manejo y uso de los distintos elementos.</li> <li>• Selección y uso de habilidades motoras para resolver situaciones motrices.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambios corporales propios del desarrollo en su relación con la práctica de actividades corporales y motrices.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado propio y de los compañeros.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los espacios de la clase: posibilidades, desventajas y riesgos que ofrece.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de riesgo en las prácticas motrices.</li> <li>• Posibilidades expresivas de las acciones motrices, del gesto y la postura.</li> <li>• Construcción grupal de actividades motrices expresivas con o sin soporte musical en diferentes ámbitos.</li> </ul>	<p>En cuanto a las capacidades motoras, se recomienda su tratamiento en un contexto de significado para los estudiantes, en el cual ellos puedan otorgar sentido a las prácticas que se realizan. Conocer y estimular las capacidades motoras puede tener sentidos diversos: mejorar el desempeño motriz en las prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas; incidir en la salud; mejorar la postura; vincularse a otros con los que se comparten estas tareas, entre otros. Se pretende que los estudiantes reconozcan diferentes tareas y ejercicios en relación con la estimulación y desarrollo de sus capacidades motoras, y que sean capaces de distinguir diferencias de intensidad.</p> <p>La enseñanza de las habilidades motrices básicas y combinadas debe plantearse en función de la resolución de situaciones motrices propias de las prácticas corporales –gimnásticas, expresivas, deportivas, lúdicas, y de vinculación con el medio natural–. Convocar la atención sobre la habilidad significa analizarla en función de si se pudo resolver la situación; esto implica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• percibir el problema;</li> <li>• ajuste técnico;</li> <li>• condición corporal disponible;</li> <li>• acuerdos grupales.</li> </ul> <p>Resulta esperable que en este primer año los estudiantes puedan dar cuenta de los cambios que perciben en su propio cuerpo y en el de sus compañeros y cómo estos se implican en su desempeño motriz. Por ejemplo, la aparición más temprana de la fatiga, errores en el control del manejo de un elemento y/o de su propio cuerpo en el espacio, entre otros.</p> <p>Los docentes orientarán la construcción de pautas y normas acerca de las formas de jugar los juegos y de la interacción grupal en las situaciones motrices.</p> <p>Se trata de habilitar en la clase un ámbito de confianza donde los estudiantes pongan en juego sus peculiares formas de expresión motriz y puedan construir con sus compañeros actividades motrices expresivas.</p>



<b>Núcleo: Juegos</b>	
<p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tareas y juegos cooperativos que impliquen tratados, acuerdos y diferentes tipos de resoluciones.</li> <li>• Juegos de competencia en grupos y equipos con diversos tipos de organización.</li> <li>• Invención de juegos variados.</li> <li>• Juegos tradicionales propios de la edad, originarios de las diversas comunidades de origen que coexisten en la escuela.</li> </ul> <p><i>Aprendizaje y organización grupal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organización táctica del grupo para un juego con intervención docente.</li> <li>• Normas y valores</li> <li>• Respeto por las reglas explicadas y/o acordadas entre el docente y el grupo para jugar los juegos.</li> <li>• La aceptación de las posibilidades y limitaciones propias y de los demás integrantes del grupo.</li> <li>• Estrategias para la resolución de conflictos en juegos con mediación del docente.</li> </ul>	<p>En primer año, se propone que los estudiantes realicen la experiencia de jugar, poniéndose el énfasis en la esencia lúdica de esta práctica, en la apropiación de una variedad de juegos –de oposición, de cooperación, tradicionales, alternativos, con lógicas diversas– y la construcción de acuerdos que hagan posible el juego. El énfasis puesto en la recuperación y/o enseñanza de juegos cooperativos promueve un modo de estar en la clase, basado en la ayuda mutua y en la producción colaborativa.</p> <p>También se recuperarán y enseñarán juegos de oposición, pero estos se irán introduciendo con atención a la dinámica de construcción grupal que vayan transitando los estudiantes, que se devela en las actitudes que manifiestan. Para la incorporación de normas y valores como contenido de enseñanza, se recomienda abandonar modos tradicionales que apelan al clásico “monólogo” ofrecido a los estudiantes y, en su lugar, convocar su atención, para que reflexionen y argumenten sus modos de intervención en los juegos basándose en normas y valores.</p>
<b>Núcleo: Experiencias en el medio natural</b>	
<p><b>EL PROPIO CUERPO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades motoras en la resolución de situaciones del medio natural (equilibrios, desplazamientos, traslado de objetos, transporte).</li> <li>• Caminatas: calzado adecuado. Hidratación.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carpas: componentes, tipos según las zonas de acampe.</li> <li>• Instalación del campamento.</li> <li>• Armado de carpas.</li> <li>• Preparación de fuegos. Tipos. Utilización.</li> <li>• Prevención de incendios.</li> <li>• El cuidado del medio natural.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tareas y juegos grupales en el ámbito natural, aplicando los conocimientos sobre las características y particularidades del medio.</li> <li>- El reconocimiento y disfrute del medio natural.</li> <li>- El fogón como un evento de construcción colectiva.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El cuidado del medio natural.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros en ámbitos no habituales.</li> </ul>	<p>La inclusión del término “experiencias” en la denominación de este núcleo responde a una lógica de organización de contenidos que asigna centralidad a los sujetos y procura convocar la atención sobre los estudiantes como protagonistas de las experiencias en el medio natural.</p> <p>Se recomienda que las propuestas de actividades se organicen a modo de proyecto didáctico que incluya la realización de una experiencia, potenciando su valor educativo.</p> <p>Así como “se es cuerpo”, se es parte del ambiente, y esta vinculación debe abordarse a partir de los saberes específicos, comprendiendo situaciones didácticas desarrolladas en una secuencia que articula el ámbito de la escuela y las salidas que se realicen afuera del ámbito escolar.</p> <p>En el diseño de las actividades, se implica a los estudiantes en la generación de propuestas y en la toma de decisiones.</p>

Los núcleos “La Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados” y “Deportes abiertos” se desarrollan en una secuencia de tres niveles que tomarse en cuenta por los docentes al elaborar sus propuestas de 1° a 5° año. Las prácticas acuáticas se presentan en una secuencia de cuatro niveles y cuando sea posible su enseñanza, también se considerarán para el trayecto de 1° a 5° año.

Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia artística, destrezas y habilidades gimnásticas			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rol adelante y atrás. Variantes.</li> <li>• Vertical, vertical de cabeza: trípode.</li> <li>• Medialuna.</li> <li>• Saltos en posición de extensión, agrupado, carpado. Split, con medio giro, con giro de 360°.</li> <li>• Saltos con pique previo en tabla o trampolín con caída sobre colchonetas o colchón.</li> <li>• Ambientación a los saltos al cajón, salto cuclillas con cajón transversal.</li> <li>• Saltos gimnásticos de un pie a un pie, de un pie a dos (gato, tijera, etcétera).</li> <li>• Giros sobre 1 pie de 180°.</li> <li>• Equilibrios con diferentes partes del cuerpo.</li> <li>• Ondas.</li> <li>• Desplazamientos gimnásticos: salticados y galopes.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Ambientación a la práctica sobre aparatos: suspensiones y balanceos.</li> <li>• Producciones coreográficas sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por el alumno).</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variantes de roles: rol adelante y atrás desde piernas abiertas, a 1 pie. Rol atrás en escuadra, adelante finalizando con apoyo de rodillas.</li> <li>• Vertical (afianzamiento de alineación postural). Vertical rol.</li> <li>• Variantes de medialuna: medialuna a una mano; medialuna con rechazo escapular.</li> <li>• Medialuna con carrera previa y salticado.</li> <li>• Corbeta.</li> <li>• Rechazo escapular.</li> <li>• Rondó.</li> <li>• Saltos sobre cajón: salto rol adelante y salto volteo con cajón longitudinal.</li> <li>• Saltos gimnásticos (gato con ½ giro, agrupado con ½ giro).</li> <li>• Giro sobre 1 pie de 360°.</li> <li>• Desplazamientos gimnásticos con saltos y giros.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Balanceos en suspensión y en apoyo en los distintos aparatos.</li> <li>• Producciones coreográficas sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por el alumno).</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variantes de roles: rol adelante a piernas abiertas, rol volado, rol atrás a brazos extendidos.</li> <li>• Yuxted a brazos flexionados.</li> <li>• Vertical con giro de 180°.</li> <li>• Souplesse adelante y atrás.</li> <li>• Mortero al paso, mortero.</li> <li>• Saltos sobre cajón transversal: salto hockey (rango por fuera), salto pídola (rango por fuera), salto vertical pivot, kip de nuca.</li> <li>• Saltos sobre cajón longitudinal: vertical rol.</li> <li>• Saltos gimnásticos: salto jeté, serie gimnástica (unión de dos saltos gimnásticos).</li> <li>• Saltos gimnásticos: salto en extensión con giro de 360°, 540°.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Pasajes (de la suspensión al apoyo, del apoyo a la suspensión) en diferentes posiciones, en todos los aparatos.</li> <li>• Producciones coreográficas complejas (integrando destrezas, uso de elementos, soportes musicales y coherencia narrativa).</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas de movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas de movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas de movimiento.</li> </ul>

<p>El cuerpo y el medio social</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Producciones coreográficas grupales sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por los alumnos).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equilibrios compartidos: uso del equilibrio con otro y otros. Armado de figuras (acrobacias grupales).</li> <li>• Producciones coreográficas grupales sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por los alumnos).</li> <li>• Incorporación de diferentes destrezas al armado coreográfico.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia, atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Producciones coreográficas grupales complejas (integrando destrezas, uso de elementos, acrobacias grupales, soportes musicales y coherencia narrativa).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>
------------------------------------	--	--	---

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia rítmica, técnicas de base**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
<p>El propio cuerpo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</i></li> <li>• Posiciones de brazos de la danza clásica, primera a quinta. Posiciones de las piernas de primera a sexta.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (marcha, suave, alto, cruzado, lateral) y carreritas (suave, picada, larga, alta en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos, juntos, aislados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones.</li> <li>• Ondas de brazos y tronco.</li> <li>• Equilibrios: sobre dos pies, sobre otras partes del cuerpo, en passé, sobre un pié, en media punta.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de barra, demi-plier, tandeu. Ejercicios de barra sobre el suelo.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (rodado, redondo, largo, doble, vals) y carreritas (lateral cruzada, con ritmo de vals en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos, disociados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones. Contracciones.</li> <li>• Ondas totales y laterales.</li> <li>• Equilibrio en media punta con pierna extendida adelante y lateral.</li> <li>• Vueltas sobre espalda. Giros: 90°, 180°, piernas extendidas adelante. Giro andehors passé (hacia atrás).</li> <li>• Vueltas sobre dos pies, sobre glúteos. Giros: 90°, 180°, 360° en passé.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de barra, grand-plier, battement.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (hacia atrás, vals con saltitos, con giro) y carreritas (doble paso hacia adelante, doble hacia atrás, triple paso en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos disociados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones. Contracciones.</li> <li>• Ondas hacia atrás y sobre el suelo.</li> <li>• Equilibrio: en media punta en attitude (pierna atrás), pierna extendida atrás.</li> <li>• Giro de 360°, piernas extendidas adelante.</li> <li>• Saltos jeté, carpa, cosaco con giro de 90°.</li> </ul>

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia rítmica, técnicas de base**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saltos: sobre dos pies en extensión, pasando por primera, segunda y quinta. Tijera con piernas flexionadas, extendidas, adelante-atrás. Salto agrupado, arqueado, gacela con caída sobre dos pies.</li> <li>• Acrobacias: rolidos sin tiempo de suspensión, hacia adelante con manos, sin manos, sobre un hombro.</li> <li>• Rolidos laterales con piernas agrupadas y extendidas. Puente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saltos: gacela, cosaco, en extensión con giro de 360°.</li> <li>• Vela, puente, con cambio de apoyo (lateral). Vertical secante. Subida de empeines.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vela con pasaje sobre hombro. Souplesse adelante, atrás. Subida de empeines con arco.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuerda individual: balanceos, rotaciones, circunducciones, movimiento en ocho frontal (adelante y detrás del cuerpo), horizontal (sobre, alrededor de la cabeza, alrededor de las piernas), sagital (derecha e izquierda del cuerpo).</li> <li>• Saltitos o brincos: con la vuelta en sentido hacia adelante, atrás, lateral. Velocidad lenta, normal, rápida, cruzada y descruzada, con cuerda abierta y plegada en dos. Con dos pies, un pie, con caída sobre el mismo, el otro, en el lugar y con desplazamiento.</li> <li>• Saltos (los aprendidos en manos libres por dentro de la cuerda).</li> <li>• Lanzamientos y recogidas: con cuerda extendida, abierta, plegada en dos, tres y cuatro. Lanzamiento por impulso, rotaciones, balanceos, vuelta de la cuerda (saltitos y saltos), diferentes formas de recoger la cuerda: por un extremo, por los dos, por la mitad.</li> <li>• Montaje de una serie de 45 segundos con música con utilización del espacio, cambio del elemento. Duración 45 segundos. Creación, pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> <li>• Montaje coreográfico con aparatos no convencionales, gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelota: trabajos coordinativos con 1 y 2 pelotas.</li> <li>• Pelota individual: balanceos, circunducciones, movimiento en ocho con 2 manos, 1 mano, en los planos frontal facial y dorsal, horizontal, sobre y debajo de la cabeza, sagital, antero-posterior y póstero-anterior.</li> <li>• Rebotes o piques sobre el suelo, sobre el cuerpo vertical u oblicuo, impulsado con dos o una mano o con otras partes del cuerpo.</li> <li>• Rodadas sobre el suelo o sobre el cuerpo, con 2 manos o 1 mano, con el pie o con otras partes del cuerpo, en diferentes planos y niveles.</li> <li>• Lanzamientos y recepciones con 1 o 2 manos, por impulso o balanceos, recogidas con 2 manos o 1 mano sobre palma, dorso, cruzadas, sin cruzar, con otras partes del cuerpo después de un pique.</li> <li>• Montaje coreográfico con aparatos no convencionales, gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinta (largo total, 4 metros). Balanceos, circunducciones y movimiento en ocho. Espirales, serpentinas, lanzamientos, sueltas.</li> <li>• Espirales y serpentinas, frontal, horizontal y sagital.</li> <li>• Lanzamientos, desde la cinta, hacia adelante, atrás, o con retroceso (bumerán).</li> <li>• Recogida por la varilla o por la cinta.</li> <li>• Creación, pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> <li>• Montaje coreográfico con dos elementos: cuerda y pelota, o cinta y pelota.</li> <li>• Montaje coreográfico con aparatos no convencionales: gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia rítmica, técnicas de base**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio social	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación, de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Cuerda: trabajos coordinativos con cuerdas largas, dúos, tercetos, cuartetos.</li> <li>Montaje coreográfico de cuerda con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Creación, pautada y libre.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación y de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Montaje coreográfico de pelota con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Duración: 45 segundos. Creación, pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación y de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Montaje coreográfico de cinta con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Duración: 45 segundos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia expresiva**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La sensopercepción como técnica.</li> <li>Columna vertebral (torso-pelvis). Miembros superiores. Miembros inferiores.</li> <li>Combinación de acciones motrices que involucren columna vertebral (torso-pelvis), miembros superiores, miembros inferiores.</li> <li>Producción de ritmos propios y ajuste a ritmos ajenos.</li> </ul>	<p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La sensopercepción como técnica. Asociación y combinación:</li> <li>Columna vertebral / miembros superiores.</li> <li>Columna vertebral / miembros inferiores.</li> <li>La sensopercepción como técnica.</li> <li>Percepción global de movimiento.</li> <li>Percepción de equilibrios.</li> <li>La relajación como técnica para la conciencia corporal.</li> </ul>	<p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noción global del movimiento y su combinación con movimientos segmentarios.</li> <li>El tono muscular. Alternancia: tensión y relajación, entre movimiento y quietud.</li> <li>Disociación de los segmentos corporales.</li> <li>Combinaciones de diferentes acciones motrices.</li> </ul>

Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia expresiva			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las variables físicas de las acciones motrices: el espacio, el tiempo. Su exploración y combinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integración y combinación de las variables físicas de las acciones motrices: espacio y tiempo.</li> <li>Espacio: planos, frentes, niveles, direcciones y sentidos, espacio personal, espacio total.</li> <li>Tiempo: duración, velocidad, intensidad.</li> <li>Incorporación del uso de objetos.</li> <li>Estructuras rítmicas. Compases.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motoras complejas en relación con las variables físicas de las acciones motrices.</li> <li>Acciones motrices: su ajuste en relación con el espacio y tiempo.</li> <li>Espacio: planos, frentes, niveles, direcciones y sentidos, espacio personal, espacio total.</li> <li>Tiempo: duración, velocidad, intensidad.</li> <li>Incorporación del uso de objetos.</li> <li>Variaciones rítmicas. Simultaneidad, alternancia, sucesión, canon, diálogo.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<ul style="list-style-type: none"> <li>Improvisación de acciones motrices con finalidad expresiva con o sin soporte musical.</li> <li>La elección y utilización de la música en la elaboración de una composición expresiva.</li> <li>Creación de secuencias sencillas de acciones motrices en dúos y tercetos a partir de la exploración personal y la relación con los otros.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motoras sencillas.</li> <li>Secuencias motrices complejas y su integración a las producciones grupales.</li> <li>Inventión de ritmos en función de la expresión de emociones y situaciones cotidianas.</li> <li>Secuencias sencillas de acciones motrices en grupos y la integración de las producciones intergrupales.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motrices complejas y la integración a las producciones grupales.</li> <li>La elección y utilización de imágenes, narraciones y de música en la elaboración de una composición expresiva.</li> <li>Producciones coreográficas.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>

### Núcleo: Deportes cerrados - atletismo

En primer año, deberá enseñarse por lo menos una prueba atlética, de acuerdo con las posibilidades de la institución. A partir del segundo año, el atletismo se convertirá en una opción electiva, junto con los deportes abiertos y la gimnasia. Una cuarta opción podrá destinarse a las prácticas acuáticas de acuerdo con las posibilidades de la institución.

**Núcleo: Deportes cerrados - Atletismo**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocimiento y utilización de habilidades motoras específicas de por lo menos dos tipos de pruebas diferentes.</li> <li>Diferenciación de los ritmos cardíaco y respiratorio para la autorregulación del esfuerzo.</li> <li>Las tareas para la estimulación de capacidades vinculadas con habilidades motrices específicas.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se seleccionará por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</li> <li>Carreras atléticas de velocidad en distancias adaptadas. Partida alta: conceptos básicos.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia): regulación del esfuerzo.</li> <li>Carreras de relevos o postas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Diferenciación de las posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos y articulaciones durante la realización de diferentes movimientos.</li> <li>Correcciones técnicas a partir del análisis de las acciones motrices que realizan el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> <li>Elaboración y diseño de tareas motrices para el aprendizaje de las habilidades.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se seleccionará por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</li> <li>Carreras atléticas de velocidad. Introducción a la partida baja: técnica global.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia).</li> <li>Carreras en líneas recta y curva: consideraciones técnicas.</li> <li>Carreras de posta: pasaje del testimonio.</li> <li>Carreras con obstáculos.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>Funciones de los diferentes grupos musculares en habilidades específicas del atletismo.</li> <li>Reconocimiento de los ejes y planos corporales en la realización de diversas habilidades específicas.</li> <li>Relaciones entre cambios corporales y sus posibilidades de movimiento.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición física.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se seleccionarán por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</li> <li>Carreras atléticas de velocidad. Partida baja: ajustes técnicos.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia).</li> <li>Carreras atléticas de medio fondo.</li> <li>Carreras de posta: técnicas en el pasaje del testimonio.</li> <li>Carreras con obstáculos.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo sin tabla de pique.</li> <li>Salto en largo natural.</li> <li>Lanzamiento con materiales adaptados.</li> <li>Diferenciación de trayectorias y desplazamientos en las diferentes habilidades atléticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo con tabla de pique y desplazamiento limitado.</li> <li>Salto en largo colgado o suspendido.</li> <li>Lanzamiento sin desplazamientos y con desplazamientos limitados.</li> <li>Lanzamientos con giro (rotativos).</li> <li>Nociones espaciales y temporales en las trayectorias y desplazamientos de las diferentes habilidades atléticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo con desplazamiento completo.</li> <li>Salto en largo. Ajustes técnicos.</li> <li>Lanzamiento con desplazamientos completos.</li> <li>Lanzamientos con giro (rotativos).</li> <li>Análisis de las diferentes habilidades atléticas en cuanto a variables espaciales y temporales.</li> </ul>

Núcleo: Deportes cerrados - Atletismo			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio social	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos de carreras de velocidad, individual y por equipos.</li> <li>Juegos de saltos y lanzamientos como introducción a las competencias atléticas.</li> <li>Competencias atléticas: pruebas adaptadas.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Competencias atléticas en consideración de las pruebas seleccionadas.</li> <li>Análisis de situaciones de juego y detección de la necesidad de práctica de las habilidades motoras específicas.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseño, organización y participación en encuentros atléticos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> </ul>

### Núcleo: Deportes abiertos (campo dividido) - Voleibol

En primer año, deberán enseñarse por lo menos dos deportes abiertos que presenten estructuras diferentes. A partir del segundo año, la institución ofrecerá por lo menos dos deportes abiertos de estructuras diferentes para la elección de los alumnos.

Núcleo: Deportes abiertos (campo dividido) - Voleibol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Golpe manos altas.</li> <li>Golpe manos bajas.</li> <li>Saque de abajo.</li> <li>Recepción.</li> <li>Golpe de manos altas en suspensión.</li> <li>Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saque de arriba.</li> <li>Golpe manos altas hacia atrás.</li> <li>Armado.</li> <li>Iniciación al remate.</li> <li>Bloqueo.</li> <li>Defensa del remate.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Remate.</li> <li>Cubrimiento del ataque.</li> <li>Cubrimiento del bloqueo: "ir al toque"</li> <li>Saque en salto.</li> <li>Caídas.</li> <li>Ataque de zaguero.</li> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>



Núcleo: Deportes abiertos (campo dividido) - Voleibol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos en las posiciones y funciones dentro del juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas en los juegos deportivos, aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el voleibol.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego: 1 vs. 1; 2 vs. 2; 3 vs. 3; 4 vs. 4.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva. Principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura de trayectorias.</li> <li>• 1 vs. 1 y 2 vs. 2: principios de frontalidad y lateralidad.</li> <li>• 3 vs. 3: triangulaciones.</li> <li>• 4 vs. 4: recepción con 3 jugadores.</li> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del voleibol.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo sin bloqueo.</li> <li>• Jugadores en rombo y en línea.</li> </ul>	<p><i>Juego: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 4 vs. 4, 6 vs. 6.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva. Principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación del rival: anticipación al bloqueo.</li> <li>• Armador a turno en posición 3 y 2.</li> <li>• Bloqueo individual.</li> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo con bloqueo.</li> <li>• Recepción con 5 jugadores en W y M.</li> </ul>	<p><i>Juego: voleibol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 6 vs. 6.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva. Principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticipación de situaciones de juego.</li> <li>• Penetración por posición 1 y 6.</li> <li>• Bloqueo doble.</li> <li>• Defensa con 6 atrás.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Análisis de los sistemas: ventajas y desventajas.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recepción con 4 jugadores en medialuna.</li> <li>• Cobertura 3-2.</li> <li>• Defensa 3-1-2.</li> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (campo dividido) - Voleibol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>Reglas oficiales del minideporte.</li> <li>Saque de abajo en el juego reducido (obligatorio).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Participación en torneos y encuentros.</li> <li>Reglas del juego formal: sin cambios posicionales.</li> <li>Saque libre.</li> <li>Juego a turno (obligatorio).</li> <li>Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> <li>Reglas del juego formal.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Básquetbol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Postura defensiva.</li> <li><i>Dribling</i> de traslado y protección. Cambios de mano y dirección.</li> <li>Tipos de pase: de pecho, sobre hombro, sobre cabeza y de faja.</li> <li>Lanzamientos a pie firme y bandeja.</li> <li>Movimiento de pies: pie de pivot y detenciones.</li> <li>Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del básquetbol.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pases en parejas, tríos y con postes, a la salida de cortinas.</li> <li>Lanzamientos: suspendido.</li> <li>Recibir y lanzar.</li> <li>Movimiento de pies: entrar y salir, salir y entrar, puerta de atrás.</li> <li>Bloqueos.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pases: gancho.</li> <li>Lanzamientos específicos externos: gancho y después de salida de las cortinas.</li> <li>Uso de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Básquetbol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos, en las posiciones y funciones en el deporte.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas en los juegos deportivos, aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego reducido 1 vs. 1.</li> <li>• Juego reducido 2 vs. 2.</li> <li>• Juego reducido 3 vs. 3.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica en el juego.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del básquetbol.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmarque. Entrar y salir. Salir y entrar.</li> <li>• Control del balón en forma individual.</li> </ul>	<p><i>Juego: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego reducido 2 vs. 2; 3 vs. 3; 4 vs. 4.</li> <li>• Juego 5 vs. 5.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes del básquetbol.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creación de espacios libres.</li> <li>• Mejorar líneas de pase con y sin posesión del balón.</li> <li>• Superioridad numérica posicional.</li> </ul>	<p><i>Juego: básquetbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 5 vs. 5.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura del básquetbol: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes abiertos, a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuidad en la acción de posesión del balón.</li> <li>• Juego perimetral y juego interior.</li> <li>• Superioridad numérica funcional.</li> <li>• Triangulación.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Básquetbol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Control del balón en forma grupal.</li> <li>Acción de cortar después del pase.</li> <li>Ubicar espacios libres por delante de la línea de la pelota.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Búsqueda de posiciones de lanzamiento.</li> <li>Cambios de dirección con control del balón.</li> <li>1 vs. 1 (ofensivo).</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Posición con respecto al sector, a la pelota y al rival.</li> <li>1 vs.1 (defensivo).</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juego global 5 vs. 5.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pautas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Control del balón utilizando los principios de coordinación (cortinas).</li> <li>Generar espacios propios y para los compañeros.</li> <li>Cortinas indirectas.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Penetraciones.</li> <li>Juntar y pasar.</li> <li>Desequilibrio individual.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ocupar espacios.</li> <li>Cortar línea de pase.</li> <li>Defensa del jugador con pelota.</li> <li>Frenar las penetraciones.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sistema: ataque, 5 abiertos (libre).</li> <li>Defensa individual.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pases desde perímetro hacia los internos y viceversa.</li> <li>Cortinas directas.</li> <li>Cortina y rol.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Definición por puestos.</li> <li>Cortinas dobles para los lanzadores.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Defensa individual con ayuda.</li> <li>Ayuda y recuperación.</li> <li>Defensa por puestos: 1-2, 3-4, y en toda la cancha.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sistema de ataque: 3 perimetrales y 2 pivots.</li> <li>Sistema de ataque: 4 perimetrales y 1 poste.</li> <li>Defensa individual.</li> <li>Defensa zonal 2-3 y 3-2.</li> <li>Contraataque.</li> <li>Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>Diseño, organización y participación de encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Cestobol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Postura defensiva.</li> <li>• Tipos de pase: pase de arriba y de abajo.</li> <li>• Lanzamientos: sobre pie hábil y sobre pie hábil con fintas.</li> <li>• Movimiento de pies: ritmo de 2 tiempos y pivote.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico- tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Pases en parejas y tercetos.</li> <li>• Lanzamiento en bandeja.</li> <li>• Pasar y cortar, pasar y reemplazar.</li> <li>• Cortes en V.</li> <li>• Rebote defensivo y ofensivo.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Pase de costado.</li> <li>• Lanzamiento de atrás.</li> <li>• Cruces y cortinas.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Cestobol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>Juego reducido: 1 vs. 1 con pasadora, 2 vs. 2, 3 vs. 3, 4 vs. 4.</li> <li>Juego global 6 vs. 6.</li> <li>Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>Comunicación motriz y gestual.</li> <li>Introducción a los principios tácticos del cestobol.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desmarque. Cambios de dirección y de ritmo. Fintas.</li> <li>Apoyo al jugador con pelota.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Control de la pelota en forma grupal.</li> <li>Pasar y ocupar lugares vacíos.</li> </ul>	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juego reducido: 2 vs. 2, 3 vs. 3, 4 vs. 4.</li> <li>Juego global 6 vs 6.</li> <li>Sistemas de ataque: 2-2-2.</li> <li>Defensa individual.</li> <li>Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> <li>La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Triangulaciones.</li> <li>Rebotes ofensivos.</li> <li>Pases en triángulo.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Generación de espacios propios y para los compañeros.</li> <li>Pasar y cortarse.</li> <li>Cruces.</li> <li>Avanzar con profundidad, pases verticales.</li> </ul>	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Contraataque.</li> <li>Habilitaciones.</li> <li>Juego 6 vs. 6.</li> <li>Sistemas de ataque: 3-1-2, 2-1-3.</li> <li>Defensa individual.</li> <li>Defensa zonal 2-2-2, 3-1-2.</li> <li>El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> <li>Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Continuidad en la acción de posesión de la pelota.</li> <li>Manejo de situaciones de juego en inferioridad numérica.</li> <li>Manejo de situaciones de juego en superioridad numérica.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Jugadas de ataque rápido.</li> <li>Habilitaciones.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Cestobol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de posiciones de lanzamiento.</li> <li>• Penetraciones.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición con respecto a la pelota, al rival y al aro.</li> <li>• 1 vs. 1 (defensivo).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugadas de lanzamientos interiores.</li> <li>• Cortes por detrás de la defensora.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cortar línea de pase.</li> <li>• Defensa de la jugadora con pelota.</li> <li>• Defensa de la jugadora sin pelota.</li> <li>• Defensa anticipada.</li> <li>• Cubrir espacios de corte.</li> <li>• Rebotes defensivos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Criterios y formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugadas de lanzamientos exteriores.</li> <li>• Lanzar después de ser cortinadas.</li> <li>• Jugadas preparadas de penal.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• - Ayuda defensiva y recuperero.</li> <li>• - Relevo defensivo.</li> <li>• - Cambio de marca.</li> <li>• - Defensa específica según al puesto que ocupa (defensa, volante, ataque).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Handball			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><i>Lanzamiento</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico y bajo mano.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><i>Lanzamiento</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• En altura.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico y bajo mano.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><i>Lanzamiento</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• En altura.</li> <li>• Rectificado.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) – Handball			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Marcaje</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desplazamiento en posición de base en forma de carrera</li> <li>Interceptaciones de pases y quite.</li> <li>La anticipación defensiva.</li> </ul> <p><i>Juego 1 vs. 1</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>El desmarque. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición.</li> <li>La finta. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><i>Marcaje</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desplazamiento en posición de base en forma de carrera.</li> <li>Bloqueos.</li> <li>La disuasión defensiva.</li> </ul> <p><i>Juego 1 vs. 1</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>El desmarque. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>La finta. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>El lanzamiento con oposición.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Marcaje</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Las disuasiones defensivas.</li> <li>La continuidad defensiva.</li> <li>La ayuda defensiva.</li> </ul> <p><i>Juego 1 vs. 1</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>La acción global.</li> <li>Desmarque. Finta y lanzamiento con oposición.</li> <li>Elección de la mejor opción.</li> <li>Fijaciones.</li> <li>Uso de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>Posiciones en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>



**Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Handball**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
<p>El cuerpo y el medio social</p>	<p><i>Juego: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego 4 vs. 4, 5 vs. 5 y 6 vs. 6.</li> <li>• Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del ataque: contraataque.</li> <li>• Fases de la defensa: equilibrio defensivo y repliegue.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del hánbol.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmarques.</li> <li>• Búsqueda de espacios y líneas de pases libres.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de ganar terreno.</li> <li>• Pase y va.</li> <li>• Progresiones.</li> </ul>	<p><i>Juego: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 4 vs. 4; 5 vs. 5 y 6 vs. 6.</li> <li>• Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del ataque: contraataque sostenido; organización del ataque; ataque en sistema.</li> <li>• Fases de la defensa: equilibrio defensivo y repliegue; defensa de recuperación; organización de la defensa; defensa en sistema</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Circulación del balón.</li> <li>• Circulación de los jugadores.</li> <li>• Cruces.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Progresiones sucesivas.</li> <li>• Penetraciones.</li> <li>• Bloqueo.</li> </ul>	<p><i>Juego: handball</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Las instituciones deportivas: organizaciones barriales, clubes, centros deportivos.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del ataque: ataque en sistema.</li> <li>• Fases de la defensa: defensa en sistema</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruces.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bloqueos.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Handball			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzamiento con oposición.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcaje en proximidad y distancia.</li> <li>• Marcaje en línea de pase.</li> <li>• Desplazamientos defensivos.</li> <li>• Prioridades defensivas.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo individual.</li> <li>• Sistema de ataque sin puestos específicos.</li> <li>• Inicio a las defensas zonales abiertas (3-3).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cortinas.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque al oponente con balón.</li> <li>• Marcaje en línea de pase.</li> <li>• Interceptación de la pelota.</li> <li>• Desplazamientos en espacios amplios.</li> <li>• Ayudas.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización del terreno de juego formal.</li> <li>• Variabilidad de puestos específicos en cada jugador.</li> <li>• Defensas zonales abiertas (3-3 con un pívot; 5-1), valorando las ayudas.</li> <li>• Juego colectivo ofensivo.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Criterios y formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cortinas.</li> <li>• Pantallas.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayudas defensivas.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque posicional con permuta de puestos.</li> <li>• Aplicación de principios específicos de ataque y defensa.</li> <li>• Perfeccionamiento en puestos específicos.</li> <li>• Sistemas de ataque y defensa en zona abiertos y cerrados (3-3 con dos pívots; 5-1; 3-2-1; 6-0).</li> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Hockey			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas del hockey</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidades técnicas individuales básicas ofensivas: empuñaduras y conducción.</li> <li>Empuñaduras: aplauso, girando mano izquierda.</li> <li>Conducción: de derecho, de revés, <i>dribling</i>.</li> <li>Cambios de dirección.</li> <li>Giros.</li> <li>Pases: barrido de manos separadas.</li> <li>Push lateral.</li> <li>Recepciones: frontal, lateral derecho, en movimiento.</li> <li>Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del hockey.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del hockey</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidades técnicas individuales básicas ofensivas: empuñaduras y conducción.</li> <li>Empuñaduras: sartén.</li> <li>Eludir: por derecha y por izquierda.</li> <li>Pase y recepción con definición.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del hockey</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Habilidades técnicas básicas ofensivas.</li> <li>Recepciones según el puesto:</li> <li>Los dos centrales. Líbero y stopper.</li> <li>Los dos laterales: half derecho, half izquierdo.</li> <li>El volante.</li> <li>Delanteros: wing derecho, delantero central, wing izquierdo.</li> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> <li>Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> <li>Resolución de situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente o sin su intervención.</li> <li>La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Hockey

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tradicional.</li> <li>• Australiano.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes formas en cuanto a la disposición de los jugadores: horizontales, verticales.</li> <li>• Diferentes formas y concepto de ruta de pelota: conceptual (estirada-superioridad); por el centro del campo (ambos centrales y volante central vs. delantero y volante central); por las bandas (lateral, volante lateral y extremo vs. volante lateral y defensa lateral).</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Resolución de conflictos con independencia del docente.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tradicional.</li> <li>• Australiano.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente o sin su intervención.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes formas en cuanto a la disposición de los jugadores: horizontales, verticales.</li> <li>• Diferentes formas y concepto de ruta de pelota: conceptual (estirada-superioridad); por el centro del campo (ambos centrales y volante central vs. delantero y volante central); por las bandas (lateral, volante lateral y extremo vs. volante lateral y defensa lateral).</li> </ul>	<p><i>Sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul>

<b>Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Hockey</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>Resolución de conflictos con independencia del docente.</li> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

<b>Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Fútbol</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pases en situaciones de oposición.</li> <li>Recepciones ante marca activa.</li> <li>Conducción ante adversario.</li> <li>Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del deporte.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>“Gambeta”.</li> <li>Golpe de cabeza. Diferentes perfiles.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Remate en movimiento ante oposición.</li> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Fútbol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal. Fútbol 5. Fútbol 7.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Táctica colectiva. Inicio de juego</li> <li>• Saque de mitad de cancha.</li> <li>• Laterales.</li> <li>• Saque de meta.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos de los deportes abiertos.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmarque.</li> <li>• Apoyo al jugador con pelota (por delante de la línea de la pelota).</li> <li>• Sostén al jugador con pelota (por detrás de la línea de la pelota).</li> </ul>	<p><i>Juego: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fútbol 5. Fútbol 7. Fútbol 11.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creación de línea de pase.</li> <li>• Lectura de línea de pase.</li> <li>• Superioridad numérica posicional (la superioridad numérica se establece previamente).</li> </ul>	<p><i>Juego: fútbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fútbol 5. Fútbol 7. Fútbol 11.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posesión del balón.</li> <li>• Superioridad numérica funcional (la superioridad numérica sucede durante el juego).</li> </ul>

**Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Fútbol**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paredes simples (de a dos).</li> <li>• "Pase y va".</li> <li>• "Pase y sigue".</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 vs. 1 (ofensivo).</li> <li>• Carreras de penetración (por delante de la línea de la pelota).</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de marca.</li> <li>• Distancia de quite.</li> <li>• Acción de quite.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>• Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paredes complejas (más de dos).</li> <li>• Carreras creativas.</li> <li>• Ampliación de espacios.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimientos de ruptura (por detrás de la línea de la pelota).</li> <li>• Desequilibrio individual.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticipo al jugador receptor.</li> <li>• Intercepción de la trayectoria de la pelota.</li> <li>• Temporizaciones (impedir el avance mientras se espera la ayuda).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "Romper la presión" (superación de la línea de presión).</li> <li>• "Saltar la presión" (pasaje rápido de defensa a ataque).</li> <li>• "Esquivar la presión" (cambio de frente).</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definiciones centrales fuera y dentro del área.</li> <li>• Definiciones laterales.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Marcación en zona.</li> <li>• Escalonamientos, esperando o tomando en líneas defensivas.</li> <li>• Coberturas (cubrir el espacio del compañero defensor que sale a la marcación).</li> <li>• Inicio de presión (salir a la marcación del atacante con pelota).</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Rugby			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Pérdida de miedo al contacto con el suelo. Técnica de caída en el tackle.</li> <li>• Tackle: técnica de costado y de frente.</li> <li>• Pase básico. Recepción en carrera.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Tackle ofensivo. Tackle de atrás.</li> <li>• Técnicas en mini-maul y mini-ruck.</li> <li>• Pase y recepción en velocidad.</li> <li>• Pases de cambio de dirección, cruces, largos.</li> <li>• Pase corto en el eje del pasador.</li> <li>• Patadas de aire en el juego y de sobrepique.</li> <li>• Recepción.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico táctico a partir del análisis de las habilidades técnico- tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Técnicas específicas de cada puesto: hooking y lanzamiento a la hilera del hooker; salto y recepción en line-out de segundas líneas; control de la base del scrum del octavo; pase del medio scrum.</li> <li>• Puntapiés de aire, rastrón, sombrerito. Backs.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>



<b>Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Rugby</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego global.</li> <li>• Juego 1 vs. 1, 2 vs. 1 + 1 y 3 vs. 2 + 1.</li> <li>• Juego formal 9 vs. 9.</li> <li>• Sistema defensivo individual.</li> <li>• Sistema de ataque sin puestos específicos.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque: desplegado y penetrante.</li> <li>• Defensa.</li> <li>• Alternancia de ataque y defensa.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del rugby.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de espacios: ocupar todo el ancho.</li> </ul>	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 4 vs. 2 + 2; 4 vs. 4, 4 + 1 vs. 4 + 1. Juego formal 13 vs. 13.</li> <li>• Utilización del terreno de juego adaptado.</li> <li>• Puestos específicos en medios y primeras líneas.</li> <li>• Sistema defensivo básico de 1ª y 3ª barrera.</li> <li>• Sistema de ataque básico, juego desplegado y juego con el pie.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del ataque: obtención, lanzamiento de primera fase, conservación y relanzamiento en segunda fase.</li> <li>• Fases de la defensa: organización defensiva a partir de formaciones espontáneas y fijas.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico- estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtención de la propia pelota y conservación de la misma en el contacto.</li> <li>• Disputa de la pelota del rival.</li> </ul>	<p><i>Juego y sistemas de juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego por células. Juego formal 15 vs. 15.</li> <li>• Utilización del terreno reglamentario.</li> <li>• Puestos específicos en cada jugador.</li> <li>• Sistema defensivo de triple barrera defensiva. - Sistema de ataque combinado; juego desplegado y juego con el pie.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Las instituciones deportivas: organizaciones barriales, clubes, centros deportivos.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Fases del juego</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema básico de ataque a partir de formaciones fijas.</li> <li>• Jugadas de ataque de los backs.</li> <li>• Dos o más fases de ataque.</li> <li>• Reorganización defensiva a partir de los postes.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico estratégicos.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: conservación</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtención de la propia pelota y conservación de la misma en el contacto.</li> <li>• Disputa de la pelota del rival.</li> </ul>

## Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Rugby

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Concepto de ganar terreno.</li> <li>• Penetrar o pasar.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoyo. Continuidad. Puntuar.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presión y recuperación.</li> <li>• Contraataque</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Búsqueda de espacios, agotar el lado del ataque.</li> <li>• Crear superioridad numérica. Evitar el contacto.</li> <li>• Apoyos en célula.</li> <li>• Continuidad.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruces, cambios de frente.</li> <li>• Puntuar.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque al oponente con balón.</li> <li>• -Desplazamiento de la marca; doble marca. Ayuda.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>	<p><i>Principio táctico: progresión</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Búsqueda de espacios, agotar el lado del ataque.</li> <li>• Crear superioridad numérica. Evitar el contacto.</li> <li>• Apoyos en célula. Pelota viva.</li> <li>• Continuidad.</li> </ul> <p><i>Principio táctico: finalización</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruces, cambios de frente.</li> <li>• Puntuar.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos defensivos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pescar, ruckear.</li> <li>• Trabar la pelota en el maul.</li> <li>• Recuperar la pelota en mauls y rucks.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>

**Núcleo: Deportes abiertos (de bate y campo) - Softbol**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El propio cuerpo	<p><i>Habilidades motoras específicas del softbol</i></p> <p><i>Habilidades técnicas básicas defensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pases, recepciones, lanzamientos.</li> <li>• Combinaciones.</li> <li>• Toma de la bola con 3 dedos y 4 dedos.</li> <li>• Tipos de pases: sobre hombro; de péndulo; sobre y bajo cadera.</li> <li>• Recepciones de pases: sin guante, con guante; sin desplazamiento, con desplazamiento; en el infield; en el outfield.</li> <li>• Tipos de recepciones por bateo: rodada (rolling), de línea, de pique, de aire (fly).</li> <li>• Lanzamientos. Posición en la placa: presentación, lanzamiento propiamente dicho, y posición en defensa.</li> <li>• Tipos de lanzamientos: péndulo; ocho u honda.</li> </ul> <p><i>Técnicas básicas ofensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bateo. Toma del bate. Posición en la caja, swing, lectura de trayectoria de la bola, golpe a la bola, inicio de la carrera.</li> <li>• Carrera de una o más bases. Robo.</li> <li>• Progresiones.</li> <li>• Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del deporte.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del softbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul> <p><i>Habilidades técnicas específicas defensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzamientos. Tipos de lanzamientos: péndulo; ocho u honda; medio molino.</li> <li>• Lanzador. Técnicas de ejecución. Dónde, cómo, qué y cuándo lanzar.</li> <li>• Receptor. Ubicación en la caja. Posición, desplazamientos, señas, pases. Táctica con el lanzador.</li> </ul> <p><i>Técnicas específicas ofensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bateo. Toque (bunt) y bateo de corrido (slamp).</li> <li>• Carrera de una o más bases. Robo.</li> <li>• Detenciones y resbaladas: de gancho, de cabeza, de espalda.</li> </ul>	<p><i>Habilidades motoras específicas del softbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul> <p><i>Habilidades técnicas específicas defensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzamientos. Molino; medio molino con molino.</li> <li>• Lanzador. Técnicas de ejecución. Dónde, cómo, qué y cuándo lanzar. Curvas y efectos.</li> <li>• Receptor. Ubicación en la caja. Posición, desplazamientos, señas, pases. Táctica con el lanzador.</li> </ul> <p><i>Técnicas específicas ofensivas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carrera de una o más bases. Robo.</li> <li>• Detenciones y resbaladas: de gancho, de cabeza, de espalda.</li> </ul>

Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Softbol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
El cuerpo y el medio físico	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> <li>• Jugadores de campo interior (infielders): primera, segunda, tercera, short-stop, lanzador y catcher.</li> <li>• Jugadores de campo exterior (outfielders): izquierdo, centro, derecho.</li> </ul>	<p><i>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> <li>• Jugadores de campo interior (infielders).</li> <li>• Ubicación, desplazamientos, relevos y cubrimientos.</li> <li>• Jugadores de campo exterior (outfielders): izquierdo, centro, derecho.</li> <li>• Ubicación, desplazamientos y cubrimientos.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juego: softbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juegos de bate y campo para espacios reducidos: con una sola base y con dos bases.</li> <li>• Juegos de iniciación.</li> <li>• Deporte reducido.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del softbol.</li> </ul>	<p><i>Juego: softbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos reducidos con dos bases, tres y cuatro bases.</li> <li>• Juegos modificados y aplicativos.</li> <li>• Juegos y partidos de softbol con las reglas oficiales.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul>	<p><i>Juego: softbol</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos y partidos de softbol en cancha y con las reglas oficiales.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz y estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><i>Táctica individual y colectiva; principios</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul>

**Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Softbol**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
	<p><i>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principio general del deporte.</li> <li>• Principios básicos de defensa.</li> <li>• Aplicación a situaciones de juegos.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principio general del deporte.</li> <li>• Principios de ataque.</li> <li>• Aplicación de principios a situación de juego.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Maneras básicas de quedar eliminado: fly (bateo atrapado de aire por un defensor); obligado (pisando la base un defensor que posee la bola antes de que llegue el bateador-corredor); tocando (el defensor tocar al atacante antes de que llegue el corredor a su base); tercera vez que batee en falta.</li> <li>• Anotación de puntos: llegar a base en los juegos. Llegar a home en juegos y partidos.</li> <li>• Períodos o inning: cambios cuando lleguen a 3 outs, o a 3 carreras.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de principios de defensa a situación de juego.</li> <li>• Habilidad táctica general del juego: dónde, cómo, a quién eliminar.</li> <li>• Sistemas defensivos: abierto, cerrado y mixto. Ventajas y desventajas.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de los principios de ataque a situación de juego.</li> <li>• Orden de bateo: orden de ubicación.</li> <li>• Combinación de jugadas: entre el bateador y corredor.</li> <li>• Función del consejero (coach): según señas preestablecidas.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conducción del juego reglamentario con reglas básicas, "no federado"</li> <li>• Anotación de puntos: llegar a home en juegos y partidos.</li> <li>• Períodos o inning: cambios cuando lleguen a 3 outs.</li> <li>• Introducción al reglamento oficial.</li> <li>• Aplicación en la práctica.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de principios de defensa en situación de partido.</li> <li>• Habilidad táctica general del juego: dónde, cómo, a quién eliminar.</li> <li>• Sistemas defensivos: abierto, cerrado y mixto. Ventajas y desventajas de cada uno.</li> </ul> <p><i>Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de los principios de ataque en situación de partidos.</li> <li>• Orden de bateo: según el line up, por habilidad en el bateo.</li> <li>• Combinación de jugadas entre el bateador y los corredores.</li> <li>• Función del consejero (coach): acatar las señas.</li> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><i>Reglas</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglamento oficial de juego.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

## Núcleo: Prácticas acuáticas

En las prácticas acuáticas, los contenidos se hallan organizados en cuatro niveles. Los docentes determinarán el punto de partida desde el cual desarrollar la tarea pedagógica de acuerdo con las experiencias motrices previas de los estudiantes en el medio acuático.

Prácticas acuáticas				
Ejes	Adaptación al medio acuático		Conquista del medio acuático	
	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4
	Aproximación al medio acuático	Adaptación propiamente dicha	Descubrimiento de las variables comunes a las acciones motrices	Aplicación a las actividades codificadas
El propio cuerpo	<p><i>Cuidado de la salud</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: diferencias térmicas corporales.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> <li>• Riesgos del espacio acuático, dentro y fuera del natatorio.</li> </ul> <p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el contacto con el medio acuático.</li> <li>• Inmersión parcial y total en verticalidad.</li> <li>• Control de la apnea con ojos cerrados y abiertos</li> </ul> <p><i>Habilidades motoras</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamientos de diversas formas.</li> <li>• La entrada al agua: por la escalera, desde el borde, desde posición sentado.</li> <li>• La flotación: su experimentación en distintas posiciones.</li> <li>• Distintos impulsos desde pared, piso, objetos.</li> </ul>	<p><i>Cuidado de la salud</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> <li>• Riesgos del espacio acuático, dentro y fuera del natatorio.</li> </ul> <p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas explorando diferentes empujes.</li> <li>• Registro y control de la apnea, la inspiración y la espiración.</li> <li>• Experimentación de la incidencia respiratoria en inmersión, flotación y desplazamiento.</li> <li>• Experimentación de la posición del cuerpo en la flotación.</li> </ul> <p><i>Habilidades motoras</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento con combinación de acciones motrices.</li> <li>• Cadenas motoras: empuje (contra la pared), extensión del cuerpo, deslizamiento, utilización de las piernas.</li> <li>• Tracción, propulsión, relajación.</li> <li>• Combinación de habilidades de vuelta y nado.</li> </ul>	<p><i>Cuidado de la salud</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> </ul> <p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el uso de técnicas de nado.</li> <li>• Registro del ritmo respiratorio. Espiración rítmica.</li> <li>• La ubicación de los diferentes segmentos corporales en la coordinación de brazadas y patadas en crol y espalda.</li> <li>• Registro en la búsqueda de aguas quietas en la propulsión.</li> <li>• Posición hidrodinámica del cuerpo.</li> </ul> <p><i>Habilidades motoras</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrada al agua: desde la superficie, en posición invertida. Desde el borde, en diferentes alturas.</li> <li>• Flotación dorsal, ventral y vertical.</li> <li>• Encadenamiento de los momentos de propulsión, recobro, inspiración-espiración.</li> <li>• Técnicas de nado: crol, espalda, pecho.</li> </ul>	<p><i>Cuidado de la salud</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> </ul> <p><i>Conciencia corporal</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el uso de técnicas de nado.</li> <li>• Control del ritmo respiratorio en diferentes situaciones.</li> <li>• Respiración bilateral.</li> <li>• Los grupos musculares que intervienen en las distintas acciones motrices.</li> <li>• Utilización de aguas quietas para lograr una propulsión eficaz.</li> <li>• Posición hidrodinámica del cuerpo.</li> </ul> <p><i>Habilidades motoras</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zambullida de cabeza.</li> <li>• Partidas y vueltas aplicadas a distintas situaciones posteriores.</li> <li>• Las vueltas de competición. La vuelta de mariposa.</li> <li>• Equilibrio estático y dinámico en situaciones motrices en el agua, entre ellas nado sincronizado.</li> <li>• Crol, espalda, pecho, mariposa.</li> <li>• Buceo.</li> </ul>

Ejes	Adaptación al medio acuático		Conquista del medio acuático	
	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4
	Aproximación al medio acuático	Adaptación propiamente dicha	Descubrimiento de las variables comunes a las acciones motrices	Aplicación a las actividades codificadas
		<ul style="list-style-type: none"> <li>Formas diversas de zambullirse: saltos y agrupaciones, extensiones en el vuelo, desde la superficie en posición invertida.</li> <li>La respiración en la inmersión, la flotación y los desplazamientos; su coordinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partidas y vueltas en crol, espalda y pecho.</li> <li>Acciones motrices en diferentes planos.</li> <li>Nado sincronizado.</li> <li>La posición de la cabeza.</li> <li>La coordinación de la respiración.</li> </ul>	
El cuerpo y el medio físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocimiento de la pileta y sus profundidades.</li> <li>Orientación en el espacio en relación con diversas posiciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de riesgo en las prácticas acuáticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de riesgo en las prácticas acuáticas.</li> <li>La resistencia del agua a la acción de brazos y piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Anticipación de situaciones de riesgo.</li> <li>La resistencia del agua a la acción de brazos y piernas.</li> </ul>
El cuerpo y el medio social	<p><i>Juegos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos de adaptación al medio.</li> <li>Invencción de juegos.</li> <li>Juegos de búsqueda.</li> <li>Juegos de persecución, con o sin empleo de elementos.</li> <li>Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando espacios, finalidades y habilidades a utilizar.</li> <li>Carreras por equipos.</li> <li>Juegos deportivos en el agua.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><i>Juegos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos de adaptación al medio.</li> <li>Invencción de juegos.</li> <li>Juegos de búsqueda.</li> <li>Juegos de persecución.</li> <li>Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando espacios, finalidades y habilidades a utilizar.</li> <li>Carreras por equipos.</li> <li>Juegos deportivos en el agua.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>Resolución de conflictos con independencia del docente.</li> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><i>Juegos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Invencción de juegos.</li> <li>Juegos deportivos.</li> <li>Juegos con disfraces en el agua, a partir de un tema de interés.</li> <li>Waterpolo adaptado: con adecuación de los componentes de su estructura.</li> <li>Carreras por equipos.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>	<p><i>Juegos</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Invencción de juegos.</li> <li>Juegos de invasión y de pileta dividida.</li> <li>Juegos con disfraces en el agua, a partir de un tema de interés.</li> <li>Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando las habilidades a utilizar.</li> <li>Waterpolo adaptado: con adecuación de los componentes de su estructura.</li> <li>Carreras por equipos.</li> <li>Postas.</li> </ul> <p><i>Normas y valores</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>

## ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE<sup>5</sup>

En el proceso de apropiación de los saberes corporales y motrices, los estudiantes desplegarán diferentes estrategias de aprendizaje:

- Resolución de problemas motrices propios de las prácticas corporales en forma individual y grupal.
  - Exploración de diversas habilidades motrices, enlaces y creación de secuencias motrices.
  - Uso y ejercitación de habilidades motrices en situación de juego, deportes o prácticas gimnásticas.
  - Experimentación de juegos, prácticas gimnásticas, deportes y actividades de vinculación con el medio natural.
  - Toma de decisiones en las prácticas motrices –lúdicas, gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente– y elaboración de argumentos que las justifiquen de modo de superar una perspectiva meramente vivencial y/o procedimental.
  - Identificación de los principios de juego en los diferentes deportes y comparación de las formas particulares que adopta cada uno.
  - Puesta en juego de saberes motrices disponibles y proyección de logros posibles.
  - Análisis de las decisiones orientadas a mejorar los procesos motrices.
- Análisis de la comunicación en situaciones motrices.
  - Análisis de los procesos grupales que tienen lugar en las prácticas corporales y motrices y su incidencia en el aprendizaje de cada integrante.
  - Análisis de las formas de resolución motriz, considerando el planteo táctico, las habilidades motrices disponibles, la comunicación y la condición corporal.
  - Organización cooperativa en situaciones motrices compartidas.
  - Participación en situaciones motrices de enseñanza recíproca y que requieran ayuda mutua.
  - Construcción de reglas consensuadas con el grupo y puesta en práctica de aquellas que forman parte de los reglamentos.
  - Lectura y análisis de textos relacionados con diversos temas de la Educación Física.
  - Indagación de información acerca de temáticas propias de la educación física mediante el empleo de herramientas tecnológicas.

<sup>5</sup> "Podemos definir las estrategias de aprendizaje como procesos de toma de decisiones (conscientes e intencionales) en los cuales el alumno elige y recupera, de manera coordinada, los conocimientos que necesita para cumplimentar una determinada demanda u objetivo dependiendo de las características de la situación" [...]. Monereo, C. *Estrategias de enseñanza y aprendizaje*. España, Grao, 1999.



## SEGUNDO AÑO

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Se espera que al finalizar el segundo año, los estudiantes sean capaces de:

- Identificar principios y criterios en la selección de tareas y ejercicios para la entrada en calor, el desarrollo armónico de las capacidades motoras y el ajuste postural.
- Reconocer la relación entre la actividad motriz y los cambios corporales.
- Seleccionar habilidades motoras para la resolución de juegos y deportes, reconociendo algunas funciones musculares en dichas habilidades.
- Elaborar grupalmente acciones y secuencias motrices expresivas con o sin soporte musical.
- Elaborar acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros, reconociendo diferentes situaciones de riesgo en las prácticas motrices.
- Participar activamente en diversos tipos de juegos cooperativos, de competencia, tradicionales y otros, logrando acuerdos para las resoluciones tácticas y estratégicas.
- Reconocer el valor de su derecho a participar, a jugar y a aprender en el desarrollo de diferentes prácticas corporales, lúdicas y motrices.
- Resolver y participar de diferentes tareas y juegos que impliquen el conocimiento y respeto por el

medio natural, con mayor autonomía en la selección y uso de habilidades motoras.

- Identificar problemáticas ambientales proponiendo alternativas en la búsqueda de posibles soluciones.
- Participar activamente de la expresión gimnástica o del deporte seleccionado, evidenciando un cierto conocimiento estratégico y reglamentario y un dominio técnico global en por lo menos tres habilidades propias de dicha especialidad.
- Abordar y resolver conflictos grupales con creciente autonomía al participar en prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el medio natural.

### CONTENIDOS

En el cuadro que sigue, se presentan dos columnas: en la primera, se presentan los contenidos correspondientes a cada núcleo; en la segunda, se desarrollan alcances y sugerencias para la enseñanza.

No se espera que los contenidos sean abordados necesariamente en el orden presentado en la especificación de cada año. Es posible plantear distintos recorridos.

Contenidos	Alcances y sugerencias para la enseñanza
<b>Núcleo: Gimnasia para la formación corporal</b>	
<p><b>EL PROPIO CUERPO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selección y diseño de tareas y ejercicios para el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas.</li> <li>• Capacidad motriz y su relación con el desempeño en las prácticas motrices.</li> <li>• La postura y su relación con la salud y las acciones motrices.</li> <li>• Tareas y ejercicios para la entrada en calor: criterios y principios.</li> <li>• Registro de la incidencia de la actividad motriz sostenida en los cambios corporales.</li> <li>• Funciones de los diferentes grupos musculares en distintos tipos de acciones motrices.</li> <li>• Pausas pasiva y activa: su empleo en la regulación del esfuerzo en la actividad motriz.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades motoras básicas y combinadas: disociación segmentaria, planos-ejes.</li> <li>• Diferenciación y uso de habilidades motoras básicas y específicas en la resolución de situaciones motrices.</li> </ul>	<p>La enseñanza de la selección y el diseño de tareas deben posibilitar que los estudiantes comprendan los sentidos que tiene el desarrollo de sus capacidades motrices, y se apropien de los criterios para su realización. Entre estos sentidos, merecen destacarse la mejora del desempeño motor, el cuidado de la salud y la correcta postura. Entre los criterios, cabe considerar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas, deben plantearse tareas que aumenten gradualmente su duración, frecuencia e intensidad.</li> <li>• La actividad física diaria debería ser preponderantemente aeróbica.</li> <li>• Resulta conveniente que los alumnos realicen actividades físicas como mínimo tres veces por semana. Para ello, el docente puede acordar con los estudiantes distintas actividades a realizar en los días que no concurren a clase de Educación Física.</li> <li>• Se recomienda que los estudiantes asuman, en algunos momentos, la responsabilidad de coordinar la entrada en calor. Esto lo harán según criterios aprendidos previamente. Dichos criterios habrán sido propuestos por el docente en la presentación de tareas y ejercicios propios de la entrada en calor:             <ul style="list-style-type: none"> <li>– evitar el trabajo sobre el dolor muscular;</li> <li>– la estimulación de las capacidades debe considerarse parte de un programa global para el desarrollo de las habilidades y de la condición corporal, y no como un entrenamiento específico;</li> <li>– utilizar con preferencia el método activo dinámico, para no sobrecargar las estructuras corporales;</li> <li>– las tareas y ejercicios de elongación precederán y continuarán a la realización de las demás actividades motrices;</li> <li>– considerar la importancia de concentrar la atención en la correcta ejecución de las acciones motrices durante el desarrollo de las tareas y ejercicios.<sup>6</sup></li> </ul> </li> </ul> <p>El tratamiento didáctico de las habilidades comprende en su proceso de construcción las habilidades básicas, combinadas y específicas. En este recorrido, es necesario poner el énfasis en la capacidad resolutoria de dichas habilidades, su intencionalidad comunicativa, su realización eficiente y económica, superando la reproducción de gestos técnicos codificados sin reflexión.</p>
<p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los espacios de la clase: posibilidades, desventajas y riesgos que presenta.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Construcción grupal de actividades motrices expresivas con o sin soporte musical en diferentes ámbitos.</li> </ul>	<p>Se recomienda que los alumnos reconozcan las posibilidades de los espacios, su aprovechamiento en el desarrollo de la clase, así como también puedan anticipar riesgos junto a los docentes y construir acuerdos para el cuidado propio y de los otros.</p> <p>Se propone que en la educación física escolar se habiliten espacios para las prácticas corporales expresivas, superando condicionamientos de género. Los docentes pondrán en marcha propuestas que posibiliten a los adolescentes desplegar sus diversos modos de expresión motriz, tanto individuales como grupales.</p>

<sup>6</sup> Basado en el documento *Pautas para una actividad física saludable en las escuelas de la ciudad*. Buenos Aires, GCBA, Ministerio de Educación, GOC, 2012.

## Núcleo: Juegos

### EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Juegos cooperativos que impliquen tratados, acuerdos y resoluciones estratégicas a los problemas presentados.
- Juegos de competencia en grupos y equipos con diversos tipos de organización.
- Invención de juegos variados.
- Juegos tradicionales propios de la edad, originarios de las diversas comunidades de origen que coexisten en la escuela.

#### *Aprendizaje y organización grupal*

- Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente o sin su intervención.
- La enseñanza recíproca, la cooperación y la solidaridad para la superación de los problemas que se identifican en los juegos.

#### *Normas y valores*

- Respeto por las reglas explicadas y / o acordadas entre el docente y el grupo para jugar los juegos.
- El derecho a participar, jugar y aprender.
- Resolución de conflictos en los juegos con mediación del docente o de un compañero.

Se recomienda recuperar en todos los ejes las orientaciones de primer año.

En la enseñanza de los juegos, resulta necesario que el docente favorezca y respete el proceso constructivo que llevan adelante los estudiantes, evitando el riesgo de caer en la exacerbación del resultado, priorizando los procesos de los alumnos y las producciones que devienen de estos.

En la invención de juegos, será importante cotejar estos últimos con otros ya conocidos, así como también enriquecer su cultura lúdica presentándoles nuevos juegos: de cooperación, tradicionales, alternativos o no convencionales, de pueblos originarios, entre otros.

Se brindarán las condiciones necesarias para que los estudiantes de segundo año construyan sus juegos a partir del aprovechamiento de los espacios, la provisión y /o elaboración de materiales, la creación de reglas, normas y acuerdos grupales para la invención de juegos y actividades lúdicas diversas.

La formación de sujetos autónomos que sostengan su capacidad lúdica sin la intervención del docente supone la presentación de situaciones didácticas en las que el docente les proponga organizarse, acordar reglas, roles, funciones, habilidades, finalidades, y una vez acordados estos elementos, que el juego pueda jugarse.

En otro momento, es posible detener el juego para pensar sobre cómo se juega, cómo es la comunicación, cómo es la interacción, qué valores aparecen, qué problemas se presentaron y buscar las posibles respuestas y soluciones. Esto lleva a problematizar el juego, desafiando las posibilidades lúdicas en cada estudiante.

En el aprendizaje del juego, resulta imprescindible implicar a los estudiantes en situaciones de enseñanza recíproca que los ayuden a resolver los problemas que detectan.

Enseñar a jugar desde esta perspectiva trasciende el hecho de explicar un juego y que los alumnos lo apliquen. Es enseñar que se juega con otros, que las reglas se acuerdan y respetan, que se juega limpio, y que todos tienen derecho a participar no solo ocupando lugar en el espacio, sino con protagonismo, y participando además en la resolución de los conflictos de diverso tipo que puedan presentarse.

## Núcleo: Experiencias en el mundo natural

### EL PROPIO CUERPO

- Habilidades motoras en la resolución de situaciones del medio natural (equilibrios, traslado de objetos, transporte).
- Caminatas: criterios para la regulación del esfuerzo.
- Nutrición e hidratación a considerar en las actividades en la naturaleza.

### EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO

- Armado de carpas.
- Selección del terreno adecuado para instalar el campamento y para el desarrollo de las actividades motrices.
- Preparación de fuegos. Tipos de fuego. Utilización.
- El cuidado del medio natural en la realización de prácticas motrices.

### EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Juegos grupales en el ámbito natural aplicando los conocimientos sobre las características y particularidades del medio.
- La identificación de problemáticas ambientales: la consideración de alternativas para su resolución.
- La construcción colectiva de una agenda de actividades en la naturaleza.

#### *Normas y valores*

- Valoración del cuidado del medio ambiente.
- Las normas como reguladoras de la convivencia en ámbitos no habituales.

Se recomienda recuperar en todos los ejes las orientaciones de primer año.

Se recomienda realizar una visita previa al lugar en donde se va a realizar la experiencia, de modo de anticipar las propuestas que posibiliten a los estudiantes poner en juego sus habilidades motrices.

Las salidas al medio natural pueden contemplar caminatas por los alrededores y aun por sitios más lejanos. Es posible acordar con los estudiantes formas de agrupamiento en este desplazamiento, si se hará en grupo total o en grupos pequeños. Una vez establecido el tiempo total de la caminata y el recorrido a transitar, puede acordarse que cada grupo se detenga cuando lo necesite o acordar tiempos de recuperación.

Si la caminata se hace con todo el grupo, resulta aconsejable que las personas con resistencia aparentemente menor o de ritmo lento vayan adelante; detrás de estos, los de ritmo más rápido, y delante de todo el grupo, la persona más experimentada. El grupo tratará de mantenerse siempre compacto.

Si la caminata se hace, por ejemplo, en grupos, se propone sistemas de rotación para regular su propio ritmo y experimentar el estar en distintas posiciones respecto a todo el grupo, incluyendo el adelante y el atrás.

Resulta interesante, si el grupo ha previsto con antelación la realización de una caminata en la agenda de la salida, que haga las previsiones sobre qué alimentos ingerir previamente y los líquidos necesarios para hidratarse convenientemente.

Se hace necesario considerar en el armado del fogón el uso racional de la leña, procurando el cuidado de este recurso natural.

En las prácticas motrices, es imprescindible tomar en cuenta no afectar, en lo posible, la flora y la fauna y proteger el ambiente.

El docente debe convocar su atención para que perciban las problemáticas que en el mismo se presentan y analicen, por ejemplo, las características del ambiente, que comunidades lo habitan o habitaron, las posibilidades o restricciones para el ingreso o acceso, qué cambios originados por acciones de organismos públicos o privados es posible reconocer. Estos y otros aspectos pueden ser considerados y profundizados en el marco de la articulación con otras asignaturas que realicen un abordaje más específico de dichos aspectos.

En las salidas al medio natural, resulta necesario procurar que los estudiantes, además de realizar prácticas corporales y motrices y colocar sus instalaciones, reflexionen acerca de qué manera alcanzar una buena convivencia en este ámbito.

Los contenidos correspondientes a los núcleos “La Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados” y “Deportes abiertos se desarrollan en una secuencia de tres niveles que tomarse en cuenta por los docentes al elaborar sus propuestas de 1° a 5° año. Las prácticas acuáticas se presentan en una secuencia de cuatro niveles y cuando sea posible su enseñanza, también se considerarán para el trayecto de 1° a 5° año.

## ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

En el proceso de apropiación de los saberes corporales y motrices, los estudiantes desplegarán diferentes estrategias de aprendizaje:

- Resolución de problemas motrices propios de las prácticas corporales, en forma individual y grupal.
- Exploración de diversas habilidades motrices, enlaces y creación de secuencias motrices.
- Uso y ejercitación de habilidades motrices en situación de juego, deportes o prácticas gimnásticas.
- Experimentación de juegos, prácticas gimnásticas, deportes y actividades de vinculación con el medio natural.
- Toma de decisiones en las prácticas motrices —lúdicas, gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente— y elaboración de argumentos que las justifiquen de modo de superar una perspectiva meramente vivencial y/o procedimental.
- Identificación de los principios de juego en los diferentes deportes y comparación de las formas particulares que adopta cada uno.
- Puesta en juego de saberes motrices disponibles y proyección de logros posibles.
- Análisis de las decisiones orientadas a mejorar los procesos motrices.
- Análisis de la comunicación en situaciones motrices.
- Análisis de los procesos grupales que tienen lugar en las prácticas corporales y motrices y su incidencia en el aprendizaje de cada integrante.
- Análisis de las formas de resolución motriz considerando el planteo táctico, las habilidades motrices disponibles, la comunicación y la condición corporal.
- Organización cooperativa en situaciones motrices compartidas.
- Participación en situaciones motrices de enseñanza recíproca y que requieran ayuda mutua.
- Construcción de reglas consensuadas con el grupo y puesta en práctica de aquellas que forman parte de los reglamentos.
- Lectura y análisis de textos relacionados con diversos temas de la educación física.
- Indagación de información acerca de temáticas propias de la educación física, mediante el empleo de herramientas tecnológicas.



## ORIENTACIONES GENERALES PARA LA EVALUACIÓN

Se sugiere que cada profesor desarrolle un programa de evaluación.

Un programa de evaluación es una estructura compuesta por distintas instancias e instrumentos de evaluación, que permiten evaluar aprendizajes diversos y atienden a los diferentes propósitos de la evaluación.

El programa de evaluación debe diseñarse a partir de los objetivos anuales de la asignatura.

La evaluación se orienta a la mejora de los procesos de aprendizaje y de enseñanza y brinda información a alumnos y docentes para tomar decisiones orientadas a la mejora continua.

El diseño de un programa de evaluación debe contemplar las siguientes características:

- Incluir al menos tres instancias de evaluación por alumno por trimestre y/o cuatrimestre.
- Contemplar la evaluación de distintos tipos de aprendizaje (conocimientos, procedimientos, habilidades, actitudes, etcétera).
- Contemplar la evaluación del proceso de aprendizaje de los alumnos.
- Incluir situaciones de evaluación de inicio, formativa y final.

- Promover la utilización de diversas propuestas de evaluación (pruebas escritas y orales, pruebas de desempeño, producciones, coloquios, portfolios, análisis de casos, matrices de valoración).

Para el diseño del programa de evaluación de la asignatura Educación Física, adquieren especial relevancia las siguientes consideraciones:

La evaluación de los aprendizajes motores requiere ser concebida como un proceso complejo, sistemático, integrado al proceso de enseñanza, que permita obtener información acerca del desempeño motor de los estudiantes, emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas.

Se hace necesario, en este proceso, promover en los estudiantes la construcción del sentido que tiene una situación evaluativa. Para ello, se sugiere profundizar un abordaje comprensivo en la evaluación mediante prácticas en las que el docente y los estudiantes, de manera conjunta, pongan en análisis los aprendizajes –procesos y resultados–, la experiencia de cada estudiante en ese recorrido y el proceso grupal. En este sentido, resultan valiosas aquellas instancias en las que los estudiantes evalúan sus aprendizajes, los de sus compañeros, el proceso grupal, como así también la propuesta de

enseñanza. Estas prácticas permiten poner el acento en la valoración de los avances, en el reconocimiento del “yo puedo” y no en lo que falta para llegar a un supuesto modelo basado en patrones externos al sujeto. Es importante atender a la consideración de la singularidad de cada sujeto al ser evaluado: muchas veces, no se tiene en cuenta qué saberes previos han sido construidos por los alumnos y de qué conocimientos disponen para avanzar hacia nuevos desafíos motrices.

La evaluación debe atender a las diferentes dimensiones del aprendizaje motor, referidas a lo cognitivo, socioafectivo y motriz específico. “En la medida en la que un sujeto aprende, evalúa, discrimina, valora, critica, opina, razona, fundamenta, decide, enjuicia, opta... entre lo que considera que tiene valor en sí y aquello que carece de él. Esta actitud evaluadora, que se aprende, es parte del proceso educativo que, como tal, es continuamente formativo.”<sup>1</sup>

Resulta deseable que el docente defina en cada situación, en lo posible con los estudiantes, el momento adecuado en el que se va a evaluar. Es aconsejable hacerlo cuando los avances puedan ser integrados en aprendizajes más amplios, más complejos e incluso más significativos para los estudiantes. Si se detecta una distancia entre los saberes de los estudiantes y los objetivos esperados, los docentes deben asumir el compromiso de implementar nuevas estrategias de enseñanza para que los alumnos puedan alcanzar esos logros esperados. Es preciso atender a los diferentes tiempos que los estudiantes experimentan en sus

procesos de aprendizaje y entender a cada uno en su singularidad, evitando el diseño de actividades evaluativas para un sujeto genérico.

En este sentido, deben contemplarse:

- el énfasis en la evaluación formativa;
- la importancia de la autoevaluación y la coevaluación, además de la heteroevaluación;
- la necesidad de articular la evaluación con la enseñanza;
- la comprensión de la peculiaridad de cada proceso de aprendizaje, más allá de verificar los logros alcanzados a partir de una determinada propuesta de enseñanza;
- el planteo de la situación evaluativa como una instancia de aprendizaje donde se evalúe el desempeño global de los estudiantes y se tomen en cuenta los tres ejes organizadores de contenidos: El propio cuerpo, El cuerpo y el medio físico, El cuerpo y el medio social;
- el reconocimiento de las condiciones de partida de cada estudiante en situaciones de evaluación donde el docente y los estudiantes intercambian puntos de vista y, a partir de esas condiciones, proyectan logros posibles. Esta tarea compartida se debe planear en las situaciones de evaluación formativa, así como también en la evaluación final.

Por consiguiente, se sugiere:

- Diseñar actividades de evaluación junto con los estudiantes, construyendo con ellos indicadores claros que les permitan conocer y participar de las mismas.

<sup>1</sup> Camilloni, A.; Susana Celman; Edith Litwin y María del Carmen Palou de Maté (1998). *La evaluación de los aprendizajes en el debate didáctico contemporáneo*. Buenos Aires, Paidós.

- Contemplar la complejidad de las prácticas corporales evitando, por una parte, evaluar aspectos fragmentados de las mismas y, por otra, el recurso a pruebas de ejecución para diferentes habilidades motoras en forma aislada o descontextualizada.
- Evaluar las capacidades condicionales con el sentido de orientar un tratamiento personalizado, y no traducir esta evaluación en calificación.
- Establecer criterios de evaluación claros y comunicables y, en lo posible, construirlos con los estudiantes, como pautas orientadoras de las situaciones evaluativas.

“La Educación Física debe construir prácticas evaluativas democráticas, en términos de procesos y métodos abiertos y explícitos quedando, de este modo, sensibles a ser criticados, discutidos, y reelaborados cuando así lo requieran los involucrados.”<sup>2</sup>

A modo de ejemplos, se recuperan a continuación algunos objetivos de la asignatura para primero y segundo años y se especifican criterios para orientar los procesos de evaluación en cada caso:

## PRIMER AÑO

Objetivos	Criterios para orientar la evaluación
Identificar las capacidades motoras en la realización de diferentes prácticas corporales y motrices, <sup>3</sup> reconociendo los cambios corporales en el diseño de ejercicios y tareas para su desarrollo y mejora.	Que los alumnos identifiquen las capacidades motoras –fuerza, resistencia, agilidad, entre otras– en la realización de acciones motrices. Que identifiquen y relacionen las capacidades motoras, las habilidades motrices disponibles y la capacidad resolutoria en las situaciones motrices.
Dominar en forma global por lo menos dos acciones motrices propias de las prácticas gimnásticas y su enlace en una secuencia.	Que el alumno domine globalmente dos acciones motrices en una práctica gimnástica <sup>4</sup> de su elección. Que enlace con fluidez dichas acciones.
Resolver situaciones de juegos y deportes con empleo adecuado de habilidades motoras y organizaciones tácticas, logrando acuerdos sobre roles, espacios y reglas.	Que el alumno use habilidades motoras <sup>5</sup> en la resolución de situaciones del juego deportivo. Que el alumno acuerde organizaciones tácticas <sup>6</sup> en la resolución de situaciones de juego.
Abordar y resolver conflictos grupales con creciente autonomía al participar en prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el medio natural.	Que el alumno pueda describir el conflicto que emerge en el grupo. Que pueda realizar un aporte a la resolución del mismo.
Participar en juegos cooperativos y tradicionales, reorganizando sus reglas y elaborando distintos tipos de resoluciones a partir de acuerdos.	Que el alumno comprenda la lógica de un juego cooperativo. Que se apropie de dos juegos tradicionales de su elección a partir de una indagación sobre los mismos.

<sup>2</sup> GCABA. Ministerio de Educación, Dirección General de Planeamiento Educativo, Dirección de Currícula y Enseñanza (2011). *Educación Física. La evaluación: de rituales, búsquedas y propuestas*. Serie Aportes para la enseñanza. Escuela Primaria.

<sup>3</sup> Cuando este objetivo sea seleccionado en el diseño de una propuesta de enseñanza, debe especificarse cuál es la práctica corporal.

<sup>4</sup> Especificar la práctica gimnástica.

<sup>5</sup> Estas habilidades motoras deben especificarse según el deporte que se enseña en esa propuesta pedagógica.

<sup>6</sup> Estas organizaciones se deben detallar según el deporte que se enseña en esa propuesta.



## SEGUNDO AÑO

Objetivos	Criterios para orientar la evaluación
Identificar principios y criterios en la selección de tareas y ejercicios para la entrada en calor, el desarrollo armónico de las capacidades motoras y el ajuste postural.	Que el estudiante pueda guiar a sus compañeros en una entrada en calor y explicar los criterios empleados en la selección y secuencia de los ejercicios. Que seleccione un conjunto de tres tareas para el desarrollo de una capacidad motora elegida a partir del diagnóstico realizado y de los requerimientos de la práctica motriz.
Seleccionar habilidades motoras para la resolución de situaciones en juegos y deportes, <sup>7</sup> reconociendo algunas funciones musculares en dichas habilidades.	Explicar problemas a resolver en situaciones que acontecen en la práctica motriz. <sup>8</sup> Emplear habilidades motoras en la resolución de situaciones de juego, explicar cuáles han empleado y las funciones de los músculos intervinientes.
Elaborar grupalmente acciones y secuencias motrices expresivas con o sin soporte musical.	Que el estudiante pueda producir acciones motrices expresivas en forma individual. Que pueda construir acuerdos con su grupo de compañeros en la producción de una secuencia motriz expresiva.
Reconocer el valor del derecho a participar, a jugar y a aprender en el desarrollo de diferentes prácticas corporales, lúdicas y motrices.	Que el estudiante acepte a sus compañeros para la realización de prácticas corporales y motrices de manera conjunta y/o grupal. Que el estudiante evite y cuestione cualquier forma de discriminación en la clase.
Participar activamente de la expresión gimnástica o del deporte seleccionado, evidenciando un cierto conocimiento estratégico y reglamentario y un dominio técnico global en por lo menos tres habilidades propias de dicha especialidad.	Que el estudiante participe activamente de la expresión gimnástica o del deporte <sup>9</sup> seleccionado, evidenciando compromiso con la tarea y generando propuestas para la mejora del desempeño propio y de sus compañeros. Que emplee estrategias, respete reglas y use –con un dominio técnico global– como mínimo tres habilidades propias de dicha especialidad. <sup>10</sup>
Resolver y participar de diferentes tareas y juegos que impliquen el conocimiento y respeto por el medio natural, con mayor autonomía en la selección y uso de habilidades motoras.	Que el estudiante use habilidades motoras en los juegos y en la resolución de tareas en el medio natural. Que evidencie actitudes de cuidado y respeto por el medio.

<sup>7</sup> Si este objetivo se selecciona para el diseño de una propuesta pedagógica determinada, debe especificarse de qué juego o deporte se trata.

<sup>8</sup> Explicar de qué práctica motriz se trata.

<sup>9</sup> Si este objetivo se emplea para el diseño de una propuesta pedagógica determinada es necesario aclarar a qué práctica se refiere.

<sup>10</sup> Si este objetivo es seleccionado para el diseño de una propuesta de enseñanza determinada, es necesario especificar estrategias, reglas y habilidades que se espera que se pongan en juego.

# EDUCACIÓN FÍSICA

OBJETIVOS Y CONTENIDOS TRONCALES PARA LA FINALIZACIÓN DE LA ESCUELA SECUNDARIA

PRESENTACIÓN

PROPÓSITOS DE ENSEÑANZA

TERCER AÑO

CUARTO AÑO

QUINTO AÑO

NÚCLEOS Y CONTENIDOS ORGANIZADOS EN NIVELES, DE PRIMER AÑO A QUINTO AÑO

ORIENTACIONES GENERALES PARA LA EVALUACIÓN

**NUEVA ESCUELA SECUNDARIA**  
DE LA CIUDAD DE BUENOS AIRES

## PRESENTACIÓN

La Educación Física interviene en la formación corporal y motriz de los estudiantes, al promover la apropiación de los saberes<sup>2</sup> de la cultura corporal entre los que se encuentran las prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas y de relación con el ambiente–. Favorece en los estudiantes su formación integral, como así también la valoración y disfrute de estas prácticas, tanto en la escuela como en otros ámbitos.

Esta asignatura pretende que cada alumno conquiste su disponibilidad corporal y motriz en el conocimiento y la relación con su propio cuerpo, con el medio físico y el medio social, construyendo un vínculo armónico y fluido consigo mismo y con los otros. Se entiende que “El cuerpo y el movimiento constituyen dimensiones significativas en la construcción de su identidad. A través del cuerpo y su movimiento las personas se comunican, expresan y relacionan, aprendiendo a hacer y a ser. Cuerpo y movimiento son así esenciales en la adquisición del saber sobre el mundo, la sociedad y la propia capacidad de acción y de resolución de problemas.”<sup>3</sup> El cuerpo, entendido como corporeidad, es la presencia en el mundo de un sujeto, su modo de existencia y lo implica en el “[...] hacer, saber, pensar,

sentir, comunicar y querer”.<sup>4</sup> El movimiento se resignifica al ser interpretado como motricidad, es decir, como intencionalidad en acción; mediante la motricidad los estudiantes se vinculan, concretan sus proyectos y se integran como sujetos sociales.

En este enfoque el cuerpo es entendido como unidad compleja, que contiene en sí mismo distintas dimensiones a través de las cuales el sujeto se expresa y se desarrolla en la interacción con los otros. En este sentido cobra especial significación la inclusión de la perspectiva de género en la enseñanza y la incorporación de contenidos de ESI como parte de la propuesta educativa en la Educación Física de la escuela secundaria. Es preciso generar situaciones didácticas que superen los estereotipos de género en las prácticas corporales y motrices, en función de garantizar igualdad de derechos y oportunidades para todos los estudiantes. Esto requiere necesariamente poner en cuestión ciertas regulaciones instituidas en el campo de la Educación Física escolar que determinaban qué prácticas eran posibles y deseables para mujeres y cuáles lo eran para los varones.

En el tránsito por la educación secundaria, se promueve que los estudiantes realicen prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas– inclusivas, saludables, caracterizadas por la equidad, la interacción e integración entre los géneros y el respeto a la diversidad, en un proceso de creciente autonomía.

La Educación Física cumple una función democratizadora, al posibilitar el derecho de los estudiantes en el acceso a estos saberes, atendiendo a la diversidad.

<sup>2</sup> Los saberes no hacen referencia solo a saberes teóricos. *Saber* es saber hacer, saber actuar, saber razonar o conceptualizar. Cuando hablamos de saberes corporales, hacemos referencia a los que se originan en la relación cognitiva y afectiva con el propio cuerpo (la cognitiva y la afectiva son relaciones diferentes, pero se estructuran simultáneamente). MCBA, Dirección de Currículum: *Educación Física. Documento de trabajo N° 1*, 1995.

<sup>3</sup> M.E.C. *Contenidos Básicos Comunes*, capítulo “Educación Física”. Buenos Aires, 1995.

<sup>4</sup> Rey Cao, Ana; Trigo Aza, Eugenia. *Motricidad... ¿quién eres?* La Coruña, Universidad de la Coruña, 2001.



Mediante las propuestas pedagógicas, la Educación Física contribuye a la formación de ciudadanos críticos, reflexivos, solidarios, autónomos, creativos y responsables del bien común, que participen con creciente autonomía en el diseño e implementación de proyectos referidos a prácticas corporales y motrices en diferentes ámbitos, en la institución y/o en la comunidad.



Se propicia en los estudiantes la toma de conciencia respecto de la importancia del cuidado de sí mismos y de los otros, en las decisiones vinculadas a la salud, fortaleciendo la autoestima y la búsqueda de caminos para la realización personal.

Mediante las propuestas pedagógicas, la Educación Física contribuye a la formación de ciudadanos críticos, reflexivos, solidarios, autónomos, creativos y responsables del bien común, que participen con creciente autonomía en el diseño e implementación de proyectos referidos a prácticas corporales y motrices en diferentes ámbitos, en la institución y/o en la comunidad.

Los contenidos de la asignatura se organizan en tres ejes: “El propio cuerpo”, “El cuerpo y el medio físico” y “El cuerpo y el medio social”, en tanto que el aprendizaje de prácticas corporales y motrices implica construir saberes en relación a sí mismo, en la interacción con los otros y con el ambiente del que se es parte.

Estos ejes se encuentran presentes al interior de núcleos temáticos, que remiten a prácticas socialmente significativas de la cultura corporal:

- Gimnasia para la formación corporal.
- Juegos.
- Experiencias en el medio natural.
- Gimnasia en sus diferentes expresiones.
- Deportes cerrados.
- Deportes abiertos.
- Prácticas acuáticas.

Esta propuesta se fundamenta en un enfoque disciplinar de la educación física que considera la complejidad de la realidad humana, reconociendo en el hacer

corporal y motor sus diferentes dimensiones. Favorece un abordaje integral del sujeto de modo tal que en el aprendizaje de las diferentes prácticas motrices, cada uno pueda construir saberes en relación a sí mismo, en la interacción con los otros y con el ambiente del que es parte.

Los contenidos del núcleo temático “Gimnasia para la formación corporal” deberán abordarse en todas las clases con todos los grupos de alumnos.

En el transcurso de la escuela secundaria los docentes deben enseñar “Juegos” variados y habilitar espacios para la creación de otros nuevos. Los jóvenes y adolescentes reconocen y requieren de la práctica de diversos tipos de juegos que deben ser aprovechados por el docente con criterio pedagógico, lo cual potencia el valor formativo de las situaciones de enseñanza.

Las “Experiencias en el medio natural” se presentan en una secuencia de contenidos que comprende los cinco años. La institución asegurará por lo menos dos salidas, a realizarse en el transcurso de los cinco años del nivel. Según las características de las experiencias a desarrollar, el docente seleccionará los contenidos correspondientes de la secuencia propuesta.

Los núcleos temáticos “Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados”, “Deportes abiertos” y “Prácticas acuáticas” se presentan en primer año mediante propuestas pedagógicas que posibiliten la introducción en estas prácticas, de acuerdo con las posibilidades de cada institución. A partir de segundo año, el alumno podrá elegir el recorrido a realizar entre las opciones planteadas por la institución con referencia a estos núcleos temáticos. Estos cuatro núcleos se presentan en una secuencia organizada en tres niveles,

excepto en Prácticas acuáticas que son cuatro. El último nivel, que se incorpora en cada uno de los núcleos temáticos, no necesariamente debe ser alcanzado por todos los alumnos. La posibilidad de alcanzar los contenidos que en él se indican estará relacionada con la atención a los intereses de los estudiantes, sus saberes previos y los singulares itinerarios formativos que se diseñen.

Cualquiera de las opciones que la institución escolar seleccione, debe garantizar que al egresar de la escuela secundaria los estudiantes hayan:

- Elaborado y puesto en práctica tareas, ejercicios y planes para la formación corporal.
- Jugado juegos de diferentes características y organizaciones.
- Realizado experiencias relacionadas con salidas y campamentos en el medio natural.
- Participado en prácticas y/o en eventos relacionados con alguna de las expresiones de la gimnasia.

- Participado en prácticas y/o encuentros relacionados con por lo menos dos deportes abiertos.
- Participado en prácticas y/o encuentros relacionados con por lo menos dos pruebas atléticas.
- Profundizado sus saberes con respecto a alguna expresión de la gimnasia, un deporte abierto o el atletismo.
- Realizado experiencias en el medio acuático, en el caso que la institución cuente con los medios y/o las instalaciones necesarias.

Se recomienda el diseño de situaciones didácticas que posibiliten a los estudiantes profundizar en la fundamentación de su hacer corporal y motor, empleando diversos materiales de consulta (aportes bibliográficos, artículos periodísticos, videos, entre otros) y recursos tecnológicos.

Los docentes deben promover experiencias en las cuales los alumnos comprendan y resuelvan situaciones motrices, constituyan grupos y acuerden formas de resolución, sostengan con compromiso las decisiones acordadas y reflexionen críticamente sobre sus desempeños.

## PROPÓSITOS DE ENSEÑANZA

- Promover la comprensión del sentido de la educación física como un área del conocimiento orientada hacia dos dimensiones: la disponibilidad corporal de sí mismo en interacción con el ambiente y con los otros; la apropiación crítica de la cultura corporal y motriz como aporte a su proyecto de vida.
- Favorecer el afianzamiento de la imagen de sí y la autoevaluación de su desempeño en las prácticas corporales y motrices, posibilitando el desarrollo de sus capacidades –perceptivas, cognitivas, condicionales, coordinativas y relacionales– como soporte de la confianza y la autonomía.
- Favorecer el desarrollo y reconocimiento de las capacidades motoras, advirtiendo su incidencia en las prácticas lúdicas, gimnásticas, deportivas y en la vida cotidiana.
- Propiciar la apropiación, valoración, recreación y gestión autónoma de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular –urbanas, rurales y otras–, de variados tipos de juegos, de deportes, de la gimnasia en sus diferentes expresiones y de las actividades en distintos ambientes, caracterizadas por el disfrute, la construcción compartida, la integración entre los géneros, el respeto a la diversidad y el cuidado de la salud.
- Favorecer la reflexión crítica en la resolución de problemas, mediante el logro de acuerdos, la elaboración táctica y/o la construcción de diferentes habilidades motoras; la comunicación de los procesos y las producciones realizadas.
- Propiciar la participación de los estudiantes con creciente autonomía en el diseño y gestión de proyectos referidos a prácticas corporales, en la institución y/o en la comunidad, en ambientes naturales y otros, en interacción respetuosa con los mismos y con una actitud comprometida con las problemáticas ambientales.
- Promover la construcción de valores, la resolución autónoma de conflictos y el afianzamiento de una convivencia democrática, asumiendo actitudes de responsabilidad, solidaridad y respeto en las prácticas corporales y motrices en la integración de diferentes grupos.
- Favorecer la argumentación y el posicionamiento crítico en torno a los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación, en el entorno sociocultural y en la propia escuela.
- Propiciar la participación en el desarrollo, organización y gestión de intercambios, encuentros o eventos con diversas instituciones para la realización de prácticas corporales ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas que promuevan la integración y la inclusión social.
- Promover el uso creativo y responsable de las tecnologías de la información y la comunicación como aporte en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.

## TERCER AÑO



### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Se espera que al finalizar el tercer año, los estudiantes sean capaces de:

- Utilizar principios y criterios para la selección de tareas y ejercicios referidos a la entrada en calor, el desarrollo corporal armónico y la mejora del desempeño motor.
- Reconocer la relación entre actividad motriz, cambios corporales, alimentación, hidratación y descanso.
- Reconocer la relación entre capacidad resolutoria, capacidad motora y habilidad motriz disponible.
- Construir grupalmente secuencias gimnásticas y expresivas explorando ritmos variados, planos y/o direcciones.
- Participar activamente en diversos tipos de juegos cooperativos, de competencia, tradicionales y deportivos, logrando acuerdos y construyendo resoluciones tácticas y estratégicas.
- Seleccionar habilidades motoras para la resolución de situaciones de juegos y deportes y/o prácticas gimnásticas, desplegando progresivo ajuste técnico.
- Reconocer el valor de su derecho a participar, a jugar y a aprender en el desarrollo de diferentes prácticas corporales, lúdicas y motrices.

- Abordar y resolver conflictos grupales con autonomía al participar en prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el medio natural.
- Participar en la organización de actividades en el medio natural, asumiendo roles y estableciendo acuerdos.
- Emplear las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.
- Posicionarse críticamente como practicantes de la cultura corporal.

### CONTENIDOS

En el cuadro que sigue, se presentan dos columnas: en la primera, los contenidos correspondientes a cada núcleo, y en la segunda se desarrollan alcances y sugerencias para la enseñanza.

No se espera que los contenidos sean abordados necesariamente en el orden presentado en la especificación de cada año. Es posible plantear distintos recorridos.

Contenidos	Alcances y sugerencias para la enseñanza
<b>Núcleo: Gimnasia para la formación corporal</b>	
<p>EL PROPIO CUERPO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Principios para el entrenamiento de las capacidades motoras.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La incidencia de la alimentación, la hidratación y el descanso en la actividad motriz.</li> <li>• Ejercicios compensatorios de posturas, destrezas, técnicas y situaciones diversas propias de la actividad motriz.</li> <li>• Habilidades motoras básicas y combinadas: ajuste técnico/calidad de movimiento.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La incidencia de los cambios corporales en las acciones motrices.</li> <li>• Análisis de los ideales de cuerpo presentes en los medios.<sup>5</sup></li> </ul>	<p>En el tránsito por este ciclo se deben presentar situaciones didácticas para que los estudiantes consoliden la fundamentación de su hacer corporal y motor en un proceso que retoma los avances logrados en el ciclo anterior. Es importante tener en cuenta los cambios y transformaciones corporales de cada adolescente y los ajustes que requieren las capacidades coordinativas trabajadas en los años anteriores. En este año, los principios de entrenamiento –duración, intervalo, repetición y sobrecarga– se enseñan junto con los de salud, individualización, recuperación, concientización y utilidad, que serán la base de un plan personalizado para la constitución corporal que termina de estructurarse en el último año de la secundaria. Vale recordar que el docente debe orientar a los estudiantes en la construcción de tareas relacionadas con los principios de entrenamiento, para que cada uno vaya organizando su propia secuencia de trabajo corporal en función de los proyectos escolares que se ha acordado desarrollar durante el año, y dando respuesta a los problemas que requieran solución en las prácticas corporales que se están aprendiendo.</p> <p>Se deben tomar en cuenta las características orgánico-funcionales de cada alumno, para evitar superar los límites cardiovasculares, el exceso de fatiga y el estrés por la competencia.</p> <p>Resulta necesario que los ejercicios compensatorios se enseñen procurando que los estudiantes se apropien de saberes para un desarrollo corporal armónico.</p> <p>Es importante ofrecer una amplia variedad de juegos, ejercicios y tareas que favorezcan una formación motriz polivalente. La enseñanza de las habilidades motoras básicas y combinadas parte de la ampliación y profundización de las habilidades motoras adquiridas, y es preciso plantear situaciones de aprendizaje donde la práctica de dichas habilidades tienda al desarrollo de estrategias y toma de decisión en la solución de problemas motrices.</p> <p>Es importante orientar a los estudiantes hacia aquellas prácticas que más se acerquen a sus intereses y necesidades.</p> <p>Para el análisis de los ideales referidos al cuerpo en diferentes ámbitos, se sugiere proponer a los estudiantes que indaguen en programas de televisión, libros, imágenes, publicidad, entre otros cuáles son las representaciones acerca del cuerpo y las valoraciones que se infieren.</p>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso y aprovechamiento del espacio y los elementos para el mejoramiento de las capacidades motoras.</li> <li>• Variables temporales en las prácticas gimnásticas.</li> </ul>	

<sup>5</sup> Contenido transversal articulado con ESI.



<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado del cuerpo propio y de los otros.</li> <li>• Anticipación de situaciones de riesgo.</li> <li>• Construcción grupal de actividades motrices expresivas con o sin soporte musical en diferentes ámbitos.</li> </ul>	<p>Se recomienda que los alumnos reconozcan las posibilidades de los espacios, su aprovechamiento en el desarrollo de la clase, así como también puedan anticipar riesgos junto a los docentes y construir acuerdos para el cuidado propio y de los otros.</p> <p>En el tiempo de la clase destinado a la formación corporal, es importante involucrar a los estudiantes en la construcción de una secuencia de acciones motrices expresivas, solicitándoles, por ejemplo, que identifiquen la incidencia de sus capacidades condicionales en sus acciones motrices.</p>
<p><b>Núcleo: Juegos</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos cooperativos que impliquen tratados, acuerdos y resoluciones estratégicas a los problemas presentados.</li> <li>• Juegos de competencia en grupos y equipos con diversos tipos de organización, que presenten problemas que requieran de diferentes habilidades para su resolución.</li> <li>• Juegos tradicionales propios de la edad, originarios de las diversas comunidades de origen que coexisten en la escuela.</li> </ul> <p><b>Aprendizaje y organización grupal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente, o sin su intervención.</li> <li>• La enseñanza recíproca, la cooperación y la solidaridad para la superación de los problemas que se identifican en los juegos.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeto por las reglas explicadas y/o acordadas entre el docente y el grupo para jugar los juegos.</li> <li>• Valoración de la competencia reconociendo la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Noción de justicia en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Resolución de conflictos en los juegos con mediación del docente o de un compañero.</li> </ul>	<p>Se recomienda recuperar en todos los ejes las orientaciones de segundo año (Ciclo Básico de la NES).</p> <p>En la enseñanza de los juegos, resulta necesario que el docente favorezca y respete el proceso constructivo que llevan adelante los estudiantes, evitando el riesgo de caer en la exacerbación del resultado, priorizando los procesos de los alumnos y las producciones que devienen de estos.</p> <p>En la invención de juegos, será importante cotejar estos últimos con otros ya conocidos, así como también enriquecer su cultura lúdica presentándoles nuevos juegos: de cooperación, tradicionales, alternativos o no convencionales, de pueblos originarios, entre otros.</p> <p>Se brindarán las condiciones necesarias para que los estudiantes de tercer año construyan sus juegos a partir del aprovechamiento de los espacios, la provisión y /o elaboración de materiales, la creación de reglas, normas y acuerdos grupales para la invención de juegos y actividades lúdicas diversas.</p> <p>La formación de sujetos autónomos que sostengan su capacidad lúdica sin la intervención del docente supone la presentación de situaciones didácticas en las que se proponga a los estudiantes organizarse, acordar reglas, roles, funciones, habilidades, finalidades, y una vez acordados estos elementos, que el juego pueda jugarse. En otro momento, es posible detener el juego para pensar sobre cómo se juega, cómo es la comunicación, cómo es la interacción, qué valores aparecen, qué problemas se presentaron, y buscar las posibles respuestas y soluciones. Esto lleva a problematizar el juego, desafiando las posibilidades lúdicas en cada estudiante. En el aprendizaje del juego, resulta imprescindible implicar a los estudiantes en situaciones de enseñanza recíproca que los ayuden a resolver los problemas que detectan.</p> <p>Enseñar a jugar desde esta perspectiva trasciende el hecho de explicar un juego y que los alumnos lo apliquen. Es enseñar que se juega con otros, que las reglas se acuerdan y respetan, que se juega limpio, y que todos tienen derecho a participar, no solo ocupando un lugar en el espacio, sino con protagonismo.</p>

La valoración de la competencia implica reconocer al otro como un compañero de juego que nos posibilita participar del mismo, y no sólo como un adversario al que hay que superar o vencer.

La noción de justicia queda de manifiesto cuando se respetan las decisiones de quienes tienen que impartirlas, más allá de los errores que puedan sucederse. Y alcanza una máxima expresión cuando los participantes pueden jugar sin la necesaria intervención del profesor o del árbitro, interpretando y aplicando las reglas y participando además con creciente autonomía en la resolución de los conflictos de diverso tipo que puedan presentarse.

### Núcleo: Experiencias en el medio natural

#### EL PROPIO CUERPO

- Técnicas adecuadas para trepa, suspensión y balanceo sobre elementos naturales.
- Construcciones rústicas.
- El equipo personal necesario para actividades en el medio natural, acorde a las características de las experiencias.
- Caminatas en terrenos diversos y acrecentando distancias.

La consideración de las características geográficas del lugar, la cantidad de días, las posibilidades climatológicas según la época del año, serán algunos de los aspectos a tener en cuenta para definir las particularidades de la vestimenta y del equipo personal necesario para desarrollar en las mejores condiciones la experiencia. El acompañamiento del docente en el armado del listado de dicho equipo y las prioridades a tener en cuenta en cuanto a características de cada componente será necesario para evitar gastos innecesarios y sobrepeso en el equipaje a considerar.

#### EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO

- Improvisación de carpas.
- Orientación en el medio natural.
- Selección del terreno adecuado para instalar el campamento y para el desarrollo de las actividades motrices.
- Primeros auxilios.

En la selección del lugar para la instalación del campamento se tendrá en cuenta la altura y declive del terreno (lo cual permite el escurrimiento de agua en caso de lluvia), la proximidad de vegetación al sector de carpas, la distancia de cursos de agua, la orientación respecto del Sol, la distancia con las instalaciones necesaria para cubrir ciertas necesidades de la experiencia campamental.

#### EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Juegos grupales en el ámbito natural y tomando en cuenta las particularidades del medio.
- El uso racional de los elementos naturales.
- Organización y realización de una salida grupal y/o campamento.

Será esperable que en todos los años de la escuela secundaria se realicen experiencias relacionadas con el medio natural o con actividades que puedan desarrollarse en dicho medio, sin necesidad de realizar un campamento cada uno de los años. En la organización de estas salidas o del campamento la participación de los alumnos será necesaria para acordar y trabajar en grupo sobre la planificación de las experiencias.

#### Normas y valores

- El cuidado del medio natural en la realización de actividades motrices.
- Las normas como reguladoras de la convivencia democrática en salidas y campamentos.

En las salidas al medio natural, resulta necesario procurar que los estudiantes, además de realizar prácticas corporales y motrices y colocar sus instalaciones, reflexionen acerca de qué manera alcanzar una buena convivencia en este ámbito.

Los núcleos “Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados” y “Deportes abiertos” se desarrollan en una secuencia de tres niveles, y las “Prácticas acuáticas” en una de cuatro niveles, presentados después de quinto año dentro de las páginas de este documento.

## ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

En el proceso de apropiación de los saberes corporales y motrices, los estudiantes desplegarán diferentes estrategias de aprendizaje:

- Resolución de problemas motrices propios de las prácticas corporales, en forma individual y grupal.
- Exploración de diversas habilidades motrices, enlaces y creación de secuencias motrices.
- Uso y ejercitación de habilidades motrices en situación de juego, deportes o prácticas gimnásticas.
- Experimentación de juegos, prácticas gimnásticas, deportes y actividades de vinculación con el medio natural.
- Toma de decisiones en las prácticas motrices —lúdicas, gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente— y elaboración de argumentos que las justifiquen de modo de superar una perspectiva meramente vivencial y/o procedimental.
- Identificación de los principios de juego en los diferentes deportes y comparación de las formas particulares que adopta cada uno.
- Puesta en juego de saberes motrices disponibles y proyección de logros posibles.
- Análisis de las decisiones orientadas a mejorar los procesos motrices.
- Análisis de la comunicación en situaciones motrices.
- Análisis de los procesos grupales que tienen lugar en las prácticas corporales y motrices y su incidencia en el aprendizaje de cada integrante.
- Análisis de las formas de resolución motriz considerando el planteo táctico, las habilidades motrices disponibles, la comunicación y la condición corporal.
- Organización cooperativa en situaciones motrices compartidas.
- Participación en situaciones motrices de enseñanza recíproca y que requieran ayuda mutua.
- Construcción de reglas consensuadas con el grupo y puesta en práctica de aquellas que forman parte de los reglamentos.
- Lectura y análisis de textos relacionados con diversos temas de la educación física.
- Indagación de información acerca de temáticas propias de la educación física, mediante el empleo de herramientas tecnológicas.

## CUARTO AÑO

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Se espera que al finalizar el cuarto año, los estudiantes sean capaces de:

- Participar en la elaboración de una secuencia personalizada de tareas para la estimulación de las capacidades motrices, utilizando principios y criterios.
- Reconocer la relación entre las actividades motrices y los hábitos de vida sana.
- Analizar críticamente la relación entre su capacidad resolutoria, la habilidad empleada y la condición corporal disponible y practicar tareas para la mejora y el disfrute de su desempeño.
- Construir grupalmente secuencias gimnásticas y expresivas combinando ritmos variados, planos y/o direcciones.
- Participar activamente en diversos tipos de juegos cooperativos, de competencia, tradicionales y deportivos logrando acuerdos y construyendo resoluciones tácticas y estratégicas.
- Utilizar adecuadamente habilidades motoras en la resolución de situaciones de juegos y deportes y/o prácticas gimnásticas, logrando mayor ajuste técnico.
- Reconocer el valor de su derecho a participar, a jugar y a aprender en el desarrollo de diferentes prácticas corporales, lúdicas y motrices.
- Participar activamente de la expresión gimnástica o del deporte seleccionado, elaborando y aplicando resoluciones estratégicas o secuencias de acciones con mayor autonomía y atendiendo a los aspectos técnicos y reglamentarios.
- Elaborar acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros, anticipando situaciones de riesgo en las prácticas motrices.
- Abordar y resolver conflictos grupales con autonomía al participar en prácticas gimnásticas, deportivas, expresivas y de vinculación con el medio natural.
- Participar en la organización de actividades en el medio natural, asumiendo roles y estableciendo acuerdos.
- Identificar problemáticas ambientales, proponiendo alternativas en la búsqueda de posibles soluciones.
- Posicionarse críticamente como practicantes de la cultura corporal.
- Emplear las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.

## CONTENIDOS

En el cuadro que sigue, se presentan dos columnas: en la primera, se presentan los contenidos correspondientes a cada núcleo; en la segunda, se desarrollan alcances y sugerencias para la enseñanza.

No se espera que los contenidos sean abordados necesariamente en el orden presentado en la especificación de cada año. Es posible plantear distintos recorridos.

Contenidos	Alcances y sugerencias para la enseñanza
<b>Núcleo: Gimnasia para la formación corporal</b>	
<p>EL PROPIO CUERPO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Criterios en la elaboración de planes para el entrenamiento de las capacidades motoras.</li> <li>• Tareas y ejercicios para la estimulación de capacidades vinculadas con habilidades motrices específicas.</li> <li>• Diseño de la entrada en calor.</li> <li>• El reconocimiento de la relación entre capacidad motora, habilidad motriz y capacidad resolutive.</li> </ul>	<p>Resulta necesario solicitar a los estudiantes que establezcan relaciones entre la capacidad resolutive, las capacidades motrices puestas en juego y las habilidades motrices disponibles, en relación con una práctica motriz determinada.</p> <p>La propuesta de trabajo referida a la gimnasia para la formación corporal no debiera, en lo posible, plantearse de manera fragmentada de la práctica corporal que se está enseñando en esa propuesta didáctica.</p> <p>Por ejemplo, si en esa propuesta están aprendiendo un juego deportivo, se hace necesario que en grupos analicen las formas en que han resuelto situaciones de juego, las capacidades motrices que tienen que seguir desarrollando y las habilidades que deben mejorarse para alcanzar los objetivos planteados.</p> <p>El resultado de este análisis será para los estudiantes un insumo para su plan personalizado de constitución corporal.</p> <p>Resulta imprescindible que los estudiantes con la orientación del docente lleven un registro de las tareas/ejercicios y series con que desarrollan sus capacidades motoras. En este registro podrán anotar las especificaciones particulares de los mismos en función a su constitución corporal. Por ejemplo, allí incluirá qué tareas/ejercicios y cuántas series realizará, previendo para la tarea, además de la clase los tiempos fuera de la misma.</p> <p>Es importante que los estudiantes comprendan que ese plan acompaña el aprendizaje de las prácticas corporales.</p> <p>Se recomienda profundizar la enseñanza acerca de las particularidades que tienen las acciones motrices, diferenciando las que implican un trabajo aeróbico de las que implican uno anaeróbico. Puede indicarse a los estudiantes que en un anotador, escriban los datos de la fórmula necesaria para que en cualquier momento puedan determinar la frecuencia de trabajo de la resistencia, entendiendo que este dato es fundamental para que la actividad motriz a realizar sea saludable.</p>

- El valor de la actividad motriz en los hábitos de vida sana.

#### EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO

- Uso y aprovechamiento del espacio y los elementos para el mejoramiento de las capacidades motoras.
- Variables temporales en las prácticas gimnásticas.

En un primer momento, es necesario que los estudiantes conozcan su frecuencia cardíaca en reposo. Esta suele ser de 75 pulsos, con algunas variaciones.

Luego se debe reconocer la frecuencia cardíaca máxima teórica: 220 para los varones y 230 para las mujeres. Es decir, el máximo esfuerzo que puede alcanzar el corazón.

Se solicita a los estudiantes que a este valor le resten su edad. Sobre esta base, es posible arribar al nivel de intensidad del trabajo aeróbico tomando como variable la frecuencia cardíaca. Se propone una fórmula sencilla:

**Frecuencia máxima (Fm) - Frecuencia en reposo (Fr) = Pulso total (Pt)**

$203 - 75 = 128$  pulsaciones por minuto. Ahora, se les pide que, para determinar el porcentaje de esfuerzo, calculen:

Pulso total  $\times$  Porcentaje de esfuerzo que se quiere calcular (%E) + Frecuencia en reposo

**Pt  $\times$  %E + Fr = Porcentaje de esfuerzo**

$128 \times 50 + 75 = 139$  pulsaciones por minuto

A partir de este ejemplo, si un estudiante trota a 139 pulsaciones por minuto lo está haciendo al 50% de sus posibilidades de esfuerzo, lo cual es beneficioso, cuando recién se comienza a ejercitar esta capacidad.

Pero lo importante es determinar hasta qué porcentaje de esfuerzo se está trabajando dentro de la resistencia aeróbica, es decir, calcular el umbral anaeróbico. Se puede indicar entonces a los estudiantes que indaguen en materiales bibliográficos en qué porcentaje estarían realizando un trabajo anaeróbico, y aplicar nuevamente la fórmula para obtener el límite de pulsaciones por minuto, que no debiera superarse, si lo que se pretende es ejercitar la resistencia aeróbica.

Con estos datos, en grupos de cuatro, puede solicitarse a los estudiantes que armen una propuesta de trabajo aeróbico para ellos.

Las prácticas corporales que se plantean en la clase y resultan motivadoras para los adolescentes, pueden ser realizadas también en otros ámbitos, promoviendo de ese modo un uso activo del tiempo libre.

Es importante que los juegos, tareas y/o ejercicios impacten en el desarrollo de la resistencia aeróbica generando beneficios sobre los sistemas cardiorrespiratorios y circulatorios.

Esto contribuye a regular, moderar o eliminar los hábitos nocivos de consumo de tabaco, alcohol o drogas.

Es importante poder ofrecerles la posibilidad de ensayar diferentes estructuras rítmicas, improvisarlas, descubrirlas en las habilidades motrices y sus combinatorias, como así también reproducirlas en sus acciones motrices.

EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Prevención de situaciones de riesgo atendiendo a criterios, conceptos y normas con respecto al cuidado del cuerpo propio y de los otros.
- Cuidado del cuerpo propio y de los otros.
- Anticipación de situaciones de riesgo.
- Construcción grupal de actividades motrices expresivas con o sin soporte musical en diferentes ámbitos.

**Núcleo: Juegos**

EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Diseño, organización y participación en encuentros de juegos dentro de la institución y con otras instituciones.

**Aprendizaje y organización grupal**

- Organización táctica autónoma del grupo para un juego.

**Normas y valores**

- El valor social de los juegos tradicionales de diferentes culturas y comunidades.
- Respeto por las reglas explicadas y/o acordadas entre el docente y el grupo para desarrollar los juegos.
- Acuerdos grupales con respecto a los roles y funciones en diferentes actividades y juegos.
- Resolución autónoma de conflictos en los juegos.

Resulta importante promover encuentros de juegos en los cuales puedan encontrarse con compañeros de otras divisiones, años o escuelas, para participar activamente de ellos.

Resulta esperable que los estudiantes de este año tengan también la posibilidad de participar en el diseño y organización de encuentros de juegos que tengan como destinatarios a estudiantes de otros años o niveles de su misma escuela, o de otras.

Los juegos que se propongan en estas edades deben presentar una complejidad estructural similar o superior a la de los juegos deportivos, de tal manera que lleve a que las resoluciones tácticas que se elaboren autónomamente puedan compararse y encontrar cierta transferencia de un juego a otro y de estos a los deportes que los alumnos hayan experimentado y/o puedan llegar a experimentar.

El encuentro intercultural en el ámbito escolar y en otros ámbitos requiere de la aceptación y valoración de las producciones propias de cada comunidad y de grupos que comparten orígenes o lugares de procedencia.

La valoración de los juegos propios de diversas culturas permite fortalecer la identidad propia en el reconocimiento y respeto de las otras. Puede además convertirse en una "puerta de entrada" al reconocimiento general sobre las diferentes producciones culturales.

<b>Núcleo: Experiencias en el medio natural</b>	
<p>EL PROPIO CUERPO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas adecuadas para trepa, suspensión y balanceo sobre elementos naturales.</li> <li>• Construcciones rústicas.</li> <li>• Caminatas y ascensiones.</li> </ul>	<p>Las técnicas de trepa, suspensión y balanceos se ejercitan primeramente en lugares adaptados al ras del piso o baja altura para aumentar progresivamente el riesgo y la complejidad adecuando las condiciones al medio natural. En todos los casos se utilizarán desde el inicio de su práctica los elementos de seguridad, posibilitando el conocimiento de las técnicas requeridas para su uso.</p> <p>En la producción de diferentes construcciones rústicas con elementos propios del lugar se debe tener en cuenta el cuidado del medio en cuanto al paisaje y su armonía y fundamentalmente con relación a la adecuada utilización de los recursos.</p>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La orientación con uso de instrumentos: mapas y brújula.</li> </ul>	<p>La orientación en el medio natural comenzará con la identificación y el reconocimiento de ciertas referencias que le permitan ubicarse en el lugar, estimando la ubicación propia, de los otros, de sitios particulares e instalaciones. Progresivamente, se irá pasando a la elaboración de mapeos, interpretación de mapas y utilización de la brújula como elemento de uso que ofrece otro nivel de análisis. El docente evaluará los saberes previos de cada grupo para determinar a partir de allí el punto de partida para construir esta posibilidad de orientarse en el medio natural, hasta llegar, si las condiciones lo posibilitan, al uso de la brújula.</p>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos cooperativos en ámbitos naturales.</li> <li>• Las actividades campamentiles, deportivas y desplazamientos en ambientes naturales con conocimiento de sus formas de vida y los cuidados necesarios para su protección.</li> <li>• Participación en el diseño y organización de encuentros en el medio natural, dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b> Las normas como reguladoras de la convivencia en períodos prolongados, situaciones especiales y ámbitos no habituales (salidas y campamentos).</p>	<p>Los juegos cooperativos en el medio natural posibilitan articular los contenidos abordados en estos juegos con los contenidos de otras actividades comunitarias propias de la práctica campamentil. En el mismo sentido, el tratamiento de dichos contenidos y el espacio para reflexionar sobre ellos adquiere otra dimensión al contar con una continuidad en la tarea dada por la duración del campamento y la necesaria convivencia que esto implica.</p>



Los núcleos “Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados” y “Deportes abiertos” se desarrollan en una secuencia de tres niveles, y las “Prácticas acuáticas” en una de cuatro niveles, presentados después de quinto año dentro de las páginas de este documento.

## ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

En el proceso de apropiación de los saberes corporales y motrices, los estudiantes desplegarán diferentes estrategias de aprendizaje:

- Resolución de problemas motrices propios de las prácticas corporales, en forma individual y grupal.
- Exploración de diversas habilidades motrices, enlaces y creación de secuencias motrices.
- Uso y ejercitación de habilidades motrices en situación de juego, deportes o prácticas gimnásticas.
- Experimentación de juegos, prácticas gimnásticas, deportes y actividades de vinculación con el medio natural.
- Toma de decisiones en las prácticas motrices –lúdicas, gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente– y elaboración de argumentos que las justifiquen, de modo de superar una perspectiva meramente vivencial y/o procedimental.
- Identificación de los principios de juego en los diferentes deportes y comparación de las formas particulares que adopta cada uno.
- Puesta en juego de saberes motrices disponibles y proyección de logros posibles.
- Análisis de las decisiones orientadas a mejorar los procesos motrices.
- Análisis de la comunicación en situaciones motrices.
- Análisis de los procesos grupales que tienen lugar en las prácticas corporales y motrices y su incidencia en el aprendizaje de cada integrante.
- Análisis de las formas de resolución motriz considerando el planteo táctico, las habilidades motrices disponibles, la comunicación y la condición corporal.
- Organización cooperativa en situaciones motrices compartidas.
- Participación en situaciones motrices de enseñanza recíproca y que requieran ayuda mutua.
- Construcción de reglas consensuadas con el grupo y puesta en práctica de aquellas que forman parte de los reglamentos.
- Lectura y análisis de textos relacionados con diversos temas de la educación física.
- Indagación de información acerca de temáticas propias de la educación física, mediante el empleo de herramientas tecnológicas.

## QUINTO AÑO

### OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Se espera que al finalizar el quinto año, los estudiantes sean capaces de:

- Disponer de herramientas para sostener con autonomía un plan personalizado de actividad motriz como aporte a su proyecto de vida.
- Identificar y poner en juego las capacidades motrices, reconociendo su incidencia en las prácticas corporales ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas, de vinculación con el ambiente y en la vida cotidiana.
- Afianzar la imagen de sí y autoevaluar su desempeño en las prácticas corporales y motrices.
- Construir grupalmente producciones gimnásticas y expresivas combinando ritmos variados, planos y/o direcciones.
- Participar en el desarrollo, organización y gestión de intercambios, encuentros o eventos para la realización de prácticas corporales —ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas—, mediante la autogestión y/o en relación con organizaciones e instituciones de la comunidad.
- Apropiarse, valorar, recrear y disfrutar de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular —urbanas, rurales y otras—, de variados tipos de juegos, deportes, gimnasia en sus diferentes expresiones y las actividades en distintos ambientes, en el marco de la construcción compartida.
- Asumir actitudes de cuidado, responsabilidad, solidaridad y respeto en las prácticas corporales y motrices en la integración de diferentes grupos.

- Resolver problemas en las situaciones motrices, mediante el logro de acuerdos, la elaboración táctica y/o el uso de diferentes habilidades motoras y reflexionar acerca del desempeño motor realizado.
- Disponer de saberes para el diseño y gestión de proyectos referidos a prácticas corporales en la institución y/o en la comunidad, en ambientes naturales y otros, y con una actitud comprometida con las problemáticas ambientales.
- Emplear las TIC en el proceso de apropiación de las prácticas corporales.
- Aplicar criterios y principios propios de la educación física en la realización de prácticas gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente.
- Posicionarse críticamente en relación con los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación.

### CONTENIDOS

En el cuadro que sigue, se presentan dos columnas: en la primera, se presentan los contenidos correspondientes a cada núcleo; en la segunda, se desarrollan alcances y sugerencias para la enseñanza.

No se espera que los contenidos sean abordados necesariamente en el orden presentado en la especificación de cada año. Es posible plantear distintos recorridos.

Contenidos	Alcances y sugerencias para la enseñanza
<b>Núcleo: Gimnasia para la formación corporal</b>	
<p><b>EL PROPIO CUERPO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Plan personalizado basado en principios de entrenamiento: práctica y ejecución.</li> <li>Evaluación para la mejora de los planes personalizados.</li> <li>El valor de la actividad motriz en los hábitos de vida sana.</li> <li>La asunción de hábitos de vida sana.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>Análisis crítico de los modos en que se presentan los modelos corporales y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices en los medios de comunicación.<sup>6</sup></li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uso y aprovechamiento del espacio y los elementos para el mejoramiento de las capacidades motoras.</li> <li>Variables temporales en las prácticas gimnásticas.</li> </ul> <p><b>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prevención de situaciones de riesgo atendiendo a conceptos y normas con respecto al cuidado del cuerpo propio y de los otros.</li> </ul>	<p>Es necesario que se trabaje con los estudiantes en la elaboración de su plan, sustentándolo en los principios de entrenamiento. Para esto, se debe construir con los estudiantes cuál es el sentido de esta tarea, en un proceso que parte de identificar una necesidad, planear tareas motrices, experimentarlas en la práctica, evaluar e ir ajustando el diseño del plan. En este sentido, el plan es una hipótesis de trabajo que permite incidir sobre la propia constitución corporal. Las tareas motrices en este año retoman los logros alcanzados en años anteriores. Se debe procurar que toda práctica se presente articulada con los contenidos teóricos correspondientes.</p> <p>Es necesario que se enseñen los criterios que guían la elaboración del plan personalizado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>el plan debe basarse en los principios de entrenamiento;</li> <li>el plan que elabora un estudiante con la orientación del docente tiene que adaptarse a sus propias características;</li> <li>en el diseño del plan debe tomarse en cuenta el proceso y los resultados, así como también los aspectos cualitativos y cuantitativos en las tareas realizadas;</li> <li>el plan debe estar integrado por aquellas actividades que generen placer, bienestar, motivación y valoración de la vida activa.</li> </ul> <p>Es importante que los estudiantes continúen realizando las acciones motrices previstas en plan en el tiempo que media entre las clases de Educación Física. El docente le sugerirá que, cuando sea posible, realice estas acciones con otros, amigos o algún familiar.</p> <p>El profesor contribuirá a que sus alumnos construyan un estilo de vida saludable, incorporando a su vida cotidiana proyectos de actividades físicas.</p> <p>Se hace necesario promover procesos de indagación acerca de los modelos sobre el cuerpo y las prácticas gimnásticas, deportivas y ludomotrices que se infieren en diferentes mensajes circulantes en los medios de comunicación.*</p> <p>Se recomienda promover actividades que impliquen el reconocimiento de las posibilidades de los espacios, su aprovechamiento en el desarrollo de la clase, así como también puedan anticipar riesgos junto a los docentes y construir acuerdos para el cuidado propio y de los otros.</p> <p>En el tiempo de la clase destinado a la formación corporal es necesario involucrar a los estudiantes en la construcción de secuencias de acciones motrices expresivas, considerando, en el espacio, planos, frentes, niveles, direcciones y sentidos con o sin uso de objetos, y con o sin soporte musical.</p>

<sup>6</sup> Contenido transversal articulado con Educación Sexual Integral.

\* El docente propiciará espacios de discusión y debate acerca de consumos problemáticos de sustancias respecto a su relación con los modelos y las prácticas corporales.

## Núcleo: Juegos

### EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- El tratamiento de los juegos y los juegos deportivos en los medios de comunicación.

### Aprendizaje y organización grupal

- Organización táctica autónoma del grupo para un juego.

### Normas y valores

- El valor del jugar en el encuentro con los otros.
- Respeto por las reglas explicadas y/o acordadas entre el docente y el grupo para jugar los juegos.
- Valoración de la importancia del juego limpio.

En relación con la enseñanza de los juegos deportivos en la escuela, resulta necesario poner en análisis el tratamiento que sobre el deporte realizan los medios de comunicación. Se sugiere promover actividades que supongan un análisis crítico sobre ganar y perder, el rol del adversario como compañero de juego que nos posibilita poder jugar, la valoración de la participación por sobre el resultado. Eso puede posibilitar el accionar a partir de ello, primero en las clases de Educación Física, y posteriormente, en encuentros con otros grupos de la misma institución y de otras instituciones.

## Núcleo: Experiencias en el medio natural

### EL PROPIO CUERPO

- Experimentación sensible de elementos naturales.
- Caminatas y ascensiones.

### EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO

- La protección del medio natural en el desarrollo de prácticas corporales y lúdicas.
- Las prácticas de rastreo, observación, búsqueda, desplazamiento o traslado.

### EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL

- Las tareas para vivir en la naturaleza, acordes al tipo de salida. Consenso acerca de roles y funciones en la organización del grupo.
- El deporte de orientación.
- La planificación del campamento. Participación en la gestión y en formas de financiamiento.
- Identificación de problemáticas ambientales y prácticas de intervención comunitaria.

### Normas y valores

- Las normas como reguladoras de la convivencia en períodos prolongados, situaciones especiales y ámbitos no habituales (salidas y campamentos).

Se espera que los desplazamientos y traslados puedan realizarse con relativa autonomía, pudiendo anticipar y planificar recorridos o caminatas con el aprovechamiento de los conocimientos adquiridos sobre la orientación en el terreno.

La participación en la definición de roles, funciones y la selección del tipo de tareas debe ser mayor en este año, sean prácticas campamentiles u otro tipo de experiencias en el medio natural.

Los grupos de estudiantes se organizarán para encontrar formas de financiar y gestionar las salidas y campamentos, evitando que esto se convierta en un impedimento para la realización de las experiencias. Se promoverán diferentes estrategias como ser eventos, festivales, encuentros, y otras posibles que posibiliten la recaudación de insumos necesarios.

Los núcleos “Gimnasia en sus diferentes expresiones”, “Deportes cerrados” y “Deportes abiertos” se desarrollan en una secuencia de tres niveles, y las “Prácticas acuáticas” en una de cuatro niveles, presentados después de quinto año dentro de las páginas de este documento.

## ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

En el proceso de apropiación de los saberes corporales y motrices, los estudiantes desplegarán diferentes estrategias de aprendizaje:

- Resolución de problemas motrices propios de las prácticas corporales, en forma individual y grupal.
- Exploración de diversas habilidades motrices, enlaces y creación de secuencias motrices.
- Uso y ejercitación de habilidades motrices en situación de juego, deportes o prácticas gimnásticas.
- Experimentación de juegos, prácticas gimnásticas, deportes y actividades de vinculación con el medio natural.
- Toma de decisiones en las prácticas motrices –lúdicas, gimnásticas, deportivas y de vinculación con el ambiente– y elaboración de argumentos que las justifiquen de modo de superar una perspectiva meramente vivencial y/o procedimental.
- Identificación de los principios de juego en los diferentes deportes y comparación de las formas particulares que adopta cada uno.
- Puesta en juego de saberes motrices disponibles y proyección de logros posibles.
- Análisis de las decisiones orientadas a mejorar los procesos motrices.
- Análisis de la comunicación en situaciones motrices.
- Análisis de los procesos grupales que tienen lugar en las prácticas corporales y motrices y su incidencia en el aprendizaje de cada integrante.
- Análisis de las formas de resolución motriz, considerando el planteo táctico, las habilidades motrices disponibles, la comunicación y la condición corporal.
- Organización cooperativa en situaciones motrices compartidas.
- Participación en situaciones motrices de enseñanza recíproca y que requieran ayuda mutua.
- Construcción de reglas consensuadas con el grupo y puesta en práctica de aquellas que forman parte de los reglamentos.
- Lectura y análisis de textos relacionados con diversos temas de la educación física.
- Indagación de información acerca de temáticas propias de la educación física, mediante el empleo de herramientas tecnológicas.

## NÚCLEOS Y CONTENIDOS ORGANIZADOS EN NIVELES A CONSIDERAR EN EL TRAYECTO DE PRIMERO A QUINTO AÑO

Estos núcleos se desarrollan en una secuencia con diferentes niveles que serán considerados por los docentes en la elaboración de sus propuestas de enseñanza.

Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia artística, destrezas y habilidades gimnásticas			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rol adelante y atrás agrupado.</li> <li>• Variantes de roles: rol adelante en posición de escuadra.</li> <li>• Vertical, vertical de cabeza; trípode.</li> <li>• Medialuna.</li> <li>• Saltos en posición de extensión, agrupado, carpado. Split, con medio giro, con giro de 360°.</li> <li>• Saltos con pique previo en tabla o trampolín con caída sobre colchonetas o colchón.</li> <li>• Ambientación a los saltos al cajón, salto cuclillas con cajón transversal.</li> <li>• Saltos gimnásticos de un pie a un pie, de un pie a dos (gato, tijera, etcétera).</li> <li>• Giros de 180° sobre un pie.</li> <li>• Equilibrios con diferentes partes del cuerpo: estático (por ejemplo, paloma), en battement adelante, lateral y posterior.</li> <li>• Ondas.</li> <li>• Desplazamientos gimnásticos: salticados y galopes.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Ambientación a la práctica sobre aparatos: suspensiones y balanceos.</li> <li>• Producciones coreográficas sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por el alumno).</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variantes de roles: rol adelante y atrás desde piernas abiertas, a un pie. Rol atrás en escuadra, adelante, finalizando con apoyo de rodillas.</li> <li>• Vertical (afianzamiento de alineación postural). Vertical rol.</li> <li>• Variantes de medialuna: medialuna a una mano; medialuna con rechazo escapular; medialuna con carrera previa y salticado.</li> <li>• Corbeta.</li> <li>• Rechazo escapular.</li> <li>• Rondó.</li> <li>• Saltos sobre cajón: salto rol adelante y salto volteo con cajón longitudinal.</li> <li>• Saltos gimnásticos (gato con medio giro, agrupado con medio giro).</li> <li>• Giro de 360° sobre un pie.</li> <li>• Desplazamientos gimnásticos con saltos y giros.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Balanceos en suspensión y en apoyo en los distintos aparatos.</li> <li>• Producciones coreográficas sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por el alumno).</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia artística</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variantes de roles: rol adelante a piernas abiertas, rol volado, rol atrás a brazos extendidos.</li> <li>• Yuxted a brazos flexionados.</li> <li>• Vertical con giro de 180°.</li> <li>• Souplesse adelante y atrás.</li> <li>• Mortero al paso, mortero.</li> <li>• Saltos sobre cajón transversal: salto hockey (rango por fuera), salto pídola (rango por fuera), salto vertical pivot, kip de nuca.</li> <li>• Saltos sobre cajón longitudinal: vertical rol.</li> <li>• Saltos gimnásticos: salto jeté, serie gimnástica (unión de dos saltos gimnásticos).</li> <li>• Saltos gimnásticos: salto en extensión con giro de 360°, 540°.</li> <li>• Enlaces o uniones de diferentes habilidades gimnásticas en forma de serie.</li> <li>• Pasajes (de la suspensión al apoyo, del apoyo a la suspensión) en diferentes posiciones, en todos los aparatos.</li> <li>• Producciones coreográficas complejas (integrando destrezas, uso de elementos, soportes musicales y coherencia narrativa).</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas del movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas del movimiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables físicas del movimiento.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Producciones coreográficas grupales sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por los alumnos).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Equilibrios compartidos: uso del equilibrio con otro y otros. Armado de figuras (acrobacias grupales).</li> <li>• Producciones coreográficas grupales sencillas con o sin soporte musical (dadas por el docente y/o armadas por los alumnos).</li> <li>• Incorporación de diferentes destrezas al armado coreográfico.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia, atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Producciones coreográficas grupales complejas (integrando destrezas, uso de elementos, acrobacias grupales, soportes musicales y coherencia narrativa).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>
------------------------------------	--	--	---

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia rítmica, técnicas de base**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
<p>EL PROPIO CUERPO</p>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posiciones de brazos de la danza clásica, primera a quinta. Posiciones de las piernas de primera a sexta.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (marcha, suave, alto, cruzado, lateral) y carreritas (suave, picada, larga, alta en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos, juntos, aislados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones.</li> <li>• Ondas de brazos y tronco.</li> <li>• Equilibrios: sobre dos pies, sobre otras partes del cuerpo, en passé, sobre un pié, en media punta.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de barra, demi-plie, tandeu. Ejercicios de barra sobre el suelo.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (rodado, redondo, largo, doble, vals) y carreritas (lateral cruzada, con ritmo de vals en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos, disociados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones. Contracciones.</li> <li>• Ondas totales y laterales.</li> <li>• Equilibrio en media punta con pierna extendida adelante y lateral.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de barra, grand-plie, battement.</li> <li>• Desplazamientos variados, pasos (hacia atrás, vals con saltitos, con giro) y carreritas (doble paso hacia adelante, doble hacia atrás, triple paso en diferentes sentidos y direcciones con trayectorias curvas y rectas).</li> <li>• Balanceos y circunducciones con los brazos disociados.</li> <li>• Movimiento de tronco, frontal, lateral, rotaciones. Contracciones.</li> <li>• Ondas hacia atrás y sobre el suelo.</li> <li>• Equilibrio: en media punta en attitude (pierna atrás), pierna extendida atrás.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vueltas sobre dos pies, sobre glúteos. Giros: 90°, 180°, 360° en passé.</li> <li>• Saltos: sobre dos pies en extensión, pasando por primera, segunda y quinta. Tijera con piernas flexionadas, extendidas, adelante-atrás. Salto agrupado, arqueado, gacela con caída sobre dos pies.</li> <li>• Acrobacias: rolidos sin tiempo de suspensión, hacia adelante con manos, sin manos, sobre un hombro.</li> <li>• Rolidos laterales con piernas agrupadas y extendidas. Puente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vueltas sobre espalda. Giros: 90°, 180°, piernas extendidas adelante. Giro andehors passé (hacia atrás).</li> <li>• Saltos: gacela, cosaco, en extensión con giro de 360°.</li> <li>• Vela, puente, con cambio de apoyo (lateral). Vertical secante. Subida de empeines.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Giro de 360°, piernas extendidas adelante.</li> <li>• Saltos jeté, carpa, cosaco con giro de 90°.</li> <li>• Vela con pasaje sobre hombro. Souplesse adelante, atrás. Subida de empeines con arco.</li> </ul>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuerda individual: balanceos, rotaciones, circunducciones, movimiento en ocho frontal (adelante y detrás del cuerpo), horizontal (sobre, alrededor de la cabeza, alrededor de las piernas), sagital (derecha e izquierda del cuerpo).</li> <li>• Saltitos o brincos: con la vuelta en sentido hacia adelante, hacia atrás, lateral. Velocidad lenta, normal, rápida, cruzada y descruzada, con cuerda abierta y plegada en dos. Con dos pies, con un pie, con caída sobre el mismo, el otro, en el lugar y con desplazamiento.</li> <li>• Saltos (los aprendidos en manos libres por dentro de la cuerda).</li> <li>• Lanzamientos y recogidas: con cuerda extendida, abierta, plegada en dos, tres y cuatro. Lanzamiento por impulso, rotaciones, balanceos, vuelta de la cuerda (saltitos y saltos), diferentes formas de recoger la cuerda: por un extremo, por los dos, por la mitad.</li> <li>• Montaje de una serie de 45 segundos con música con utilización del espacio, cambio del elemento. Creación, pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelota: trabajos coordinativos con una y dos pelotas.</li> <li>• Pelota individual: balanceos, circunducciones, movimiento en ocho con dos manos, una mano, en los planos frontal facial y dorsal, horizontal, sobre y debajo de la cabeza, sagital, antero-posterior y póstero-anterior.</li> <li>• Rebotes o piques sobre el suelo, sobre el cuerpo vertical u oblicuo, impulsado con dos o una mano o con otras partes del cuerpo.</li> <li>• Rodadas sobre el suelo o sobre el cuerpo, con dos manos o una mano, con el pie o con otras partes del cuerpo, en diferentes planos y niveles.</li> <li>• Lanzamientos y recepciones con una o dos manos, por impulso o balanceos, recogidas con dos manos o una mano sobre palma, dorso, cruzadas, sin cruzar, con otras partes del cuerpo después de un pique.</li> <li>• Montaje coreográfico con aparatos no convencionales: gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias de la gimnasia rítmica en relación con variables del medio físico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cinta (largo total, cuatro metros). Balanceos, circunducciones y movimiento en ocho. Espirales, serpentinatas, lanzamientos, sueltas.</li> <li>• Espirales y serpentinatas, frontal, horizontal y sagital.</li> <li>• Lanzamientos, desde la cinta, hacia adelante, atrás, o con retroceso (bumerán).</li> <li>• Recogida por la varilla o por la cinta.</li> <li>• Creación, pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> <li>• Montaje coreográfico con dos elementos: cuerda y pelota, o cinta y pelota.</li> <li>• Montaje coreográfico con aparatos no convencionales: gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>Montaje coreográfico con aparatos no convencionales: gasas, bastones, sombreros, sillas, pelotas gigantes, etcétera.</li> </ul>		
EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación, de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Cuerda: trabajos coordinativos con cuerdas largas, dúos, tercetos, cuartetos.</li> <li>Montaje coreográfico de cuerda con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Creación pautada y libre.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación y de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Montaje coreográfico de pelota con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Duración: 45 segundos. Creación pautada y libre. Formación de diferentes figuras, horizontales, verticales, diagonales, triangulares, circulares.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos rítmicos, de coordinación y de aplicación de las técnicas aprendidas, de cooperación.</li> <li>Montaje de manos libres con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos. Creación pautada, libre.</li> <li>Montaje coreográfico de cinta con música, uso del espacio con diferentes trayectorias, niveles, en dúos, tercetos, cuartetos, con cooperación, transmisión e intercambio del elemento. Duración: 45 segundos.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>

**Núcleo: Gimnasia en sus diferentes expresiones - Gimnasia expresiva**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La sensopercepción como técnica.</li> <li>Columna vertebral (torso-pelvis). Miembros superiores. Miembros inferiores.</li> <li>Combinación de acciones motrices que involucren columna vertebral (torso-pelvis), miembros superiores, miembros inferiores.</li> <li>Producción de ritmos propios y ajuste a ritmos ajenos.</li> </ul>	<p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>La sensopercepción como técnica. Asociación y combinación: columna vertebral/miembros superiores; columna vertebral/ miembros inferiores.</li> <li>La sensopercepción como técnica.</li> <li>Percepción global de movimiento.</li> <li>Percepción de equilibrios.</li> <li>La relajación como técnica para la conciencia corporal.</li> </ul>	<p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Noción global del movimiento y su combinación con movimientos segmentarios.</li> <li>El tono muscular. Alternancia: tensión y relajación, entre movimiento y quietud.</li> <li>Disociación de los segmentos corporales.</li> <li>Combinaciones de diferentes acciones motrices.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Las variables físicas de las acciones motrices: el espacio, el tiempo. Su exploración y combinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Integración y combinación de las variables físicas de las acciones motrices: espacio y tiempo.</li> <li>Espacio: planos, frentes, niveles, direcciones y sentidos, espacio personal, espacio total.</li> <li>Tiempo: duración, velocidad, intensidad.</li> <li>Incorporación del uso de objetos.</li> <li>Estructuras rítmicas. Compases.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motoras complejas en relación con las variables físicas de las acciones motrices.</li> <li>Acciones motrices: su ajuste en relación con el espacio y tiempo.</li> <li>Espacio: planos, frentes, niveles, direcciones y sentidos, espacio personal, espacio total.</li> <li>Tiempo: duración, velocidad, intensidad.</li> <li>Incorporación del uso de objetos.</li> <li>Variaciones rítmicas. Simultaneidad, alternancia, sucesión, canon, diálogo.</li> </ul>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Improvisación de acciones motrices con finalidad expresiva con o sin soporte musical.</li> <li>La elección y utilización de la música en la elaboración de una composición expresiva.</li> <li>Creación de secuencias sencillas de acciones motrices en dúos y tercetos a partir de la exploración personal y la relación con los otros.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas ayudas de habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motoras sencillas.</li> <li>Secuencias motrices complejas y su integración a las producciones grupales.</li> <li>Inención de ritmos en función de la expresión de emociones y situaciones cotidianas.</li> <li>Secuencias sencillas de acciones motrices en grupos y la integración de las producciones intergrupales.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Secuencias motrices complejas y la integración a las producciones grupales.</li> <li>La elección y utilización de imágenes, narraciones y de música en la elaboración de una composición expresiva.</li> <li>Producciones coreográficas.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Cuidado del compañero en las distintas habilidades gimnásticas.</li> </ul>

<b>Núcleo: Deportes cerrados - Atletismo</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reconocimiento y utilización de habilidades motoras específicas de por lo menos dos tipos de pruebas diferentes.</li> <li>Diferenciación de los ritmos cardíaco y respiratorio para la autorregulación del esfuerzo.</li> <li>Las tareas para la estimulación de capacidades vinculadas con habilidades motrices específicas.</li> </ul> <p>Se seleccionará por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carreras atléticas de velocidad en distancias adaptadas. Partida alta: conceptos básicos.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia): regulación del esfuerzo.</li> <li>Carreras de relevos o postas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Diferenciación de las posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos y articulaciones durante la realización de diferentes movimientos.</li> <li>Correcciones técnicas a partir del análisis de las acciones motrices que realizan el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> <li>Elaboración y diseño de tareas motrices para el aprendizaje de las habilidades.</li> </ul> <p>Se seleccionará por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carreras atléticas de velocidad. Introducción a la partida baja: técnica global.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia).</li> <li>Carreras en líneas recta y curva: consideraciones técnicas.</li> <li>Carreras de posta: pasaje del testimonio.</li> <li>Carreras con obstáculos.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas propias del atletismo (técnica)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>Funciones de los diferentes grupos musculares en habilidades específicas del atletismo.</li> <li>Reconocimiento de los ejes y planos corporales en la realización de diversas habilidades específicas.</li> <li>Relaciones entre cambios corporales y sus posibilidades de movimiento.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición física.</li> </ul> <p>Se seleccionarán por lo menos una de las siguientes pruebas atléticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Carreras atléticas de velocidad. Partida baja: ajustes técnicos.</li> <li>Carreras atléticas de fondo (resistencia).</li> <li>Carreras atléticas de medio fondo.</li> <li>Carreras de posta: técnicas en el pasaje del testimonio.</li> <li>Carreras con obstáculos.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo sin tabla de pique.</li> <li>Salto en largo natural.</li> <li>Lanzamiento con materiales adaptados.</li> <li>Diferenciación de trayectorias y desplazamientos en las diferentes habilidades atléticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo con tabla de pique y desplazamiento limitado.</li> <li>Salto en largo colgado o suspendido.</li> <li>Lanzamiento sin desplazamientos y con desplazamientos limitados.</li> <li>Lanzamientos con giro (rotativos).</li> <li>Nociones espaciales y temporales en las trayectorias y desplazamientos de las diferentes habilidades atléticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto en largo con desplazamiento completo.</li> <li>Salto en largo. Ajustes técnicos.</li> <li>Lanzamiento con desplazamientos completos.</li> <li>Lanzamientos con giro (rotativos).</li> <li>Análisis de las diferentes habilidades atléticas en cuanto a variables espaciales y temporales.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Juegos de carreras de velocidad, individual y por equipos.</li> <li>Juegos de saltos y lanzamientos como introducción a las competencias atléticas.</li> <li>Competencias atléticas: pruebas adaptadas.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Competencias atléticas en consideración de las pruebas seleccionadas.</li> <li>Análisis de situaciones de juego y detección de la necesidad de práctica de las habilidades motoras específicas.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseño, organización y participación en encuentros atléticos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> </ul>
------------------------------------	---	---	---

**Núcleo: Deportes abiertos (campo dividido) - Voleibol**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
<p>EL PROPIO CUERPO</p>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Golpe manos altas.</li> <li>Golpe manos bajas.</li> <li>Saque de abajo.</li> <li>Recepción.</li> <li>Golpe de manos altas en suspensión.</li> <li>Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Saque de arriba.</li> <li>Golpe manos altas hacia atrás.</li> <li>Armado.</li> <li>Iniciación al remate.</li> <li>Bloqueo.</li> <li>Defensa del remate.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Remate.</li> <li>Cubrimiento del ataque.</li> <li>Cubrimiento del bloqueo: “ir al toque”</li> <li>Saque en salto.</li> <li>Caídas.</li> <li>Ataque de zaguero.</li> <li>Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos en las posiciones y funciones dentro del juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas en los juegos deportivos, aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el voleibol.</li> </ul>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<p><b>Juego: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego: 1 vs. 1; 2 vs. 2; 3 vs. 3; 4 vs. 4.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva. Principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lectura de trayectorias.</li> <li>• 1 vs. 1 y 2 vs. 2: principios de frontalidad y lateralidad.</li> <li>• 3 vs. 3: triangulaciones.</li> <li>• 4 vs. 4: recepción con 3 jugadores.</li> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del voleibol.</li> </ul>	<p><b>Juego: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 4 vs. 4, 6 vs. 6.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva. Principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observación del rival: anticipación al bloqueo.</li> <li>• Armador a turno en posición 3 y 2.</li> <li>• Bloqueo individual.</li> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul>	<p><b>Juego: voleibol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 6 vs. 6.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva. Principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticipación de situaciones de juego.</li> <li>• Penetración por posición 1 y 6.</li> <li>• Bloqueo doble.</li> <li>• Defensa con 6 atrás.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Análisis de los sistemas: ventajas y desventajas.</li> </ul>

	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo sin bloqueo.</li> <li>• Jugadores en rombo y en línea.</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Reglas oficiales del minideporte.</li> <li>• Saque de abajo en el juego reducido (obligatorio).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo con bloqueo.</li> <li>• Recepción con 5 jugadores en W y M.</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación en torneos y encuentros.</li> <li>• Reglas del juego formal: sin cambios posicionales.</li> <li>• Saque libre.</li> <li>• Juego a turno (obligatorio).</li> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> </ul>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recepción con 4 jugadores en medialuna.</li> <li>• Cobertura 3-2.</li> <li>• Defensa 3-1-2.</li> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> <li>• Reglas del juego formal.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> </ul>
--	--	---	--

### Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Básquetbol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Postura defensiva.</li> <li>• Dribbling de traslado y protección. Cambios de mano y dirección.</li> <li>• Tipos de pase: de pecho, sobre hombro, sobre cabeza y de faja.</li> <li>• Lanzamientos a pie firme y bandeja.</li> <li>• Movimiento de pies: pie de pivot y detenciones.</li> <li>• Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del básquetbol.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pases en parejas, tríos y con postes, a la salida de cortinas.</li> <li>• Lanzamientos: suspendido.</li> <li>• Recibir y lanzar.</li> <li>• Movimiento de pies: entrar y salir, salir y entrar, puerta de atrás.</li> <li>• Bloqueos.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pases: gancho.</li> <li>• Lanzamientos específicos externos: gancho y después de salida de las cortinas.</li> <li>• Uso de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO</p>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos, en las posiciones y funciones en el deporte.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas en los juegos deportivos, aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> </ul>
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<p><b>Juego: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego reducido 1 vs. 1; 2 vs. 2; 3 vs. 3.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica en el juego.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del básquetbol.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desmarque. Entrar y salir. Salir y entrar.</li> <li>• Control del balón en forma individual.</li> </ul>	<p><b>Juego: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego reducido 2 vs. 2; 3 vs. 3; 4 vs. 4.</li> <li>• Juego 5 vs. 5.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes del básquetbol.</li> <li>• Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Creación de espacios libres.</li> <li>• Mejorar líneas de pase con y sin posesión del balón.</li> <li>• Superioridad numérica posicional.</li> </ul>	<p><b>Juego: básquetbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 5 vs. 5.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura del básquetbol: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes abiertos, a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuidad en la acción de posesión del balón.</li> <li>• Juego perimetral y juego interior.</li> <li>• Superioridad numérica funcional.</li> <li>• Triangulación.</li> </ul>

**Principio táctico: progresión**

- Control del balón en forma grupal.
- Acción de cortar después del pase.
- Ubicar espacios libres por delante de la línea de la pelota.

**Principio táctico: finalización**

- Búsqueda de posiciones de lanzamiento.
- Cambios de dirección con control del balón.
- 1 vs. 1 (ofensivo).

**Principios tácticos defensivos**

- Posición con respecto al sector, a la pelota y al rival.
- 1 vs.1 (defensivo).

**Sistemas de juego**

- Juego global 5 vs. 5.

**Reglas**

- Pautas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.

**Normas y valores**

- Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.
- Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.

**Principio táctico: progresión**

- Control del balón utilizando los principios de coordinación (cortinas).
- Generar espacios propios y para los compañeros.
- Cortinas indirectas.

**Principio táctico: finalización**

- Penetraciones.
- Juntar y pasar.
- Desequilibrio individual.

**Principios tácticos defensivos**

- Ocupar espacios.
- Cortar línea de pase.
- Defensa del jugador con pelota.
- Frenar las penetraciones.

**Sistemas de juego**

- Sistema: ataque, 5 abiertos (libre).
- Defensa individual.

**Reglas**

- Formas de organización de los torneos y encuentros.

**Normas y valores**

- Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.
- Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.
- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.

**Principio táctico: progresión**

- Pases desde perímetro hacia los internos y viceversa.
- Cortinas directas.
- Cortina y rol.

**Principio táctico: finalización**

- Definición por puestos.
- Cortinas dobles para los lanzadores.

**Principios tácticos defensivos**

- Defensa individual con ayuda.
- Ayuda y recuperación.
- Defensa por puestos: 1-2, 3-4, y en toda la cancha.

**Sistemas de juego**

- Sistema de ataque: 3 perimetrales y 2 pivots.
- Sistema de ataque: 4 perimetrales y 1 poste.
- Defensa individual.
- Defensa zonal 2-3 y 3-2.
- Contraataque.
- Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.
- Sistemas de juego: su combinatoria.

**Reglas**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación de encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.

**Normas y valores**

- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.



<b>Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Cestobol</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Postura defensiva.</li> <li>• Tipos de pase: pase de arriba y de abajo.</li> <li>• Lanzamientos: sobre pie hábil y sobre pie hábil con fintas.</li> <li>• Movimiento de pies: ritmo de dos tiempos y pivote.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Pases en parejas y tercetos.</li> <li>• Lanzamiento en bandeja.</li> <li>• Pasar y cortar, pasar y reemplazar.</li> <li>• Cortes en V.</li> <li>• Rebote defensivo y ofensivo.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del los deportes abiertos: cestobol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del cestobol.</li> <li>• Pase de costado.</li> <li>• Lanzamiento de atrás.</li> <li>• Cruces y cortinas.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego reducido: 1 vs. 1 con pasadora, 2 vs. 2, 3 vs. 3, 4 vs. 4.</li> <li>• Juego global 6 vs. 6.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul>	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego reducido: 2 vs. 2, 3 vs. 3, 4 vs. 4.</li> <li>• Juego global 6 vs 6.</li> <li>• Sistemas de ataque: 2-2-2.</li> <li>• Defensa individual.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contraataque.</li> <li>• Habilitaciones.</li> <li>• Juego 6 vs. 6.</li> <li>• Sistemas de ataque: 3-1-2, 2-1-3.</li> <li>• Defensa individual.</li> <li>• Defensa zonal 2-2-2, 3-1-2.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> </ul>

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.
- Comunicación motriz y gestual.
- Introducción a los principios tácticos del cestobol.

**Principio táctico: conservación**

- Desmarque. Cambios de dirección y de ritmo. Fintas.
- Apoyo al jugador con pelota.

**Principio táctico: progresión**

- Control de la pelota en forma grupal.
- Pasar y ocupar lugares vacíos.

**Principio táctico: finalización**

- Búsqueda de posiciones de lanzamiento.
- Penetraciones.

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.
- Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.
- Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.
- Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.
- La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.

**Principio táctico: conservación**

- Triangulaciones.
- Rebotes ofensivos.
- Pases en triángulo.

**Principio táctico: progresión**

- Generación de espacios propios y para los compañeros.
- Pasar y cortarse.
- Cruces.
- Avanzar con profundidad, pases verticales.

**Principio táctico: finalización**

- Jugadas de lanzamientos interiores.
- Cortes por detrás de la defensora.

- Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.
- Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.
- Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos respecto de los objetivos táctico-estratégicos.

**Principio táctico: conservación**

- Continuidad en la acción de posesión de la pelota.
- Manejo de situaciones de juego en inferioridad numérica.
- Manejo de situaciones de juego en superioridad numérica.

**Principio táctico: progresión**

- Jugadas de ataque rápido.
- Habilitaciones.

**Principio táctico: finalización**

- Jugadas de lanzamientos exteriores.
- Lanzar después de ser cortinadas.
- Jugadas preparadas de penal.

<p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición con respecto a la pelota, al rival y al aro.</li> <li>• 1 vs. 1 (defensivo).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cortar línea de pase.</li> <li>• Defensa de la jugadora con pelota.</li> <li>• Defensa de la jugadora sin pelota.</li> <li>• Defensa anticipada.</li> <li>• Cubrir espacios de corte.</li> <li>• Rebotes defensivos.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Criterios y formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ayuda defensiva y recupero.</li> <li>• Relevo defensivo.</li> <li>• Cambio de marca.</li> <li>• Defensa específica según al puesto que ocupa (defensa, volante, ataque).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>
---	--	---

**Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Handball**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><b>Lanzamiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> </ul> <p><b>Marcaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento en posición de base en forma de carrera.</li> <li>• Interceptaciones de pases y quite.</li> <li>• La anticipación defensiva.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico y bajo mano.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><b>Lanzamiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• En altura.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición.</li> </ul> <p><b>Marcaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento en posición de base en forma de carrera.</li> <li>• Bloqueos.</li> <li>• La disuasión defensiva.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del handball.</li> <li>• Pase y recepción.</li> <li>• Armado clásico y bajo mano.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición al pase.</li> </ul> <p><b>Lanzamiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En apoyo y en suspensión, en profundidad.</li> <li>• En altura.</li> <li>• Rectificado.</li> <li>• Elección de la mejor opción.</li> <li>• Superación de la oposición.</li> </ul> <p><b>Marcaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las disuasiones defensivas.</li> <li>• La continuidad defensiva.</li> <li>• La ayuda defensiva.</li> </ul>

	<p><b>Juego 1 vs. 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>El desmarque. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición.</li> <li>La finta. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición.</li> <li>Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><b>Juego 1 vs. 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>El desmarque. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>La finta. Tipos.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>El lanzamiento con oposición.</li> <li>Superación de la oposición al pase.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Juego 1 vs. 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>La acción global.</li> <li>Desmarque. Finta y lanzamiento con oposición.</li> <li>Elección de la mejor opción.</li> <li>Fijaciones.</li> <li>Uso de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>Posiciones en el espacio con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL	<p><b>Juego: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>Juego 4 vs. 4, 5 vs. 5 y 6 vs. 6.</li> <li>Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul>	<p><b>Juego: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juego 4 vs. 4; 5 vs. 5 y 6 vs. 6.</li> <li>Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>	<p><b>Juego: handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Juego formal 7 vs. 7.</li> <li>El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>Las instituciones deportivas: organizaciones barriales, clubes, centros deportivos.</li> <li>Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul>

**Fases del juego**

- Fases del ataque: contraataque.
- Fases de la defensa: equilibrio defensivo y repliegue.

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.
- Comunicación motriz y gestual.
- Introducción a los principios tácticos del handball.

**Principio táctico: conservación**

- Desmarques.
- Búsqueda de espacios y líneas de pases libres.

**Principio táctico: progresión**

- Concepto de ganar terreno.
- Pase y va.
- Progresiones.

**Principio táctico: finalización**

- Lanzamiento con oposición.

**Principios tácticos defensivos**

- Marcaje en proximidad y distancia.
- Marcaje en línea de pase.
- Desplazamientos defensivos.
- Prioridades defensivas.

**Fases del juego**

- Fases del ataque: contraataque sostenido; organización del ataque; ataque en sistema.
- Fases de la defensa: equilibrio defensivo y repliegue; defensa de recuperación; organización de la defensa; defensa en sistema.

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.
- Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.
- Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.
- Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.
- La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.

**Principio táctico: conservación**

- Circulación del balón.
- Circulación de los jugadores.
- Cruces.

**Principio táctico: progresión**

- Progresiones sucesivas.
- Penetraciones.
- Bloqueo.

**Principio táctico: finalización**

- Cortinas.

**Principios tácticos defensivos**

- Ataque al oponente con balón.
- Marcaje en línea de pase.
- Interceptación de la pelota.
- Desplazamientos en espacios amplios.
- Ayudas.

**Fases del juego**

- Fases del ataque: ataque en sistema.
- Fases de la defensa: defensa en sistema.

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.
- Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos respecto de los objetivos táctico-estratégicos.

**Principio táctico: conservación**

- Cruces.

**Principio táctico: progresión**

- Bloqueos.

**Principio táctico: finalización**

- Cortinas.
- Pantallas.

**Principios tácticos defensivos**

- Ayudas defensivas.

<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema defensivo individual.</li> <li>• Sistema de ataque sin puestos específicos.</li> <li>• Inicio a las defensas zonales abiertas (3-3).</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización del terreno de juego formal.</li> <li>• Variabilidad de puestos específicos en cada jugador.</li> <li>• Defensas zonales abiertas (3-3 con un pivot; 5-1), valorando las ayudas.</li> <li>• Juego colectivo ofensivo.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Criterios y formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque posicional con permuta de puestos.</li> <li>• Aplicación de principios específicos de ataque y defensa.</li> <li>• Perfeccionamiento en puestos específicos.</li> <li>• Sistemas de ataque y defensa en zona abiertos y cerrados (3-3 con dos pivots; 5-1; 3-2-1; 6-0).</li> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>
---	--	---

**Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Hockey**

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas del hockey</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades técnicas individuales básicas ofensivas: empuñaduras y conducción.</li> <li>• Empuñaduras: aplauso, girando mano izquierda.</li> <li>• Conducción: de derecho, de revés, dribling.</li> <li>• Cambios de dirección.</li> <li>• Giros.</li> <li>• Pases: barrido de manos separadas.</li> <li>• Push lateral.</li> <li>• Recepciones: frontal, lateral derecho, en movimiento.</li> <li>• Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del hockey.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del hockey</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades técnicas individuales básicas ofensivas: empuñaduras y conducción.</li> <li>• Empuñaduras: sartén.</li> <li>• Eludir: por derecha y por izquierda.</li> <li>• Pase y recepción con definición.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del hockey</b></p> <p>Habilidades técnicas básicas ofensivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recepciones según el puesto:</li> <li>• Los dos centrales. Líbero y stopper.</li> <li>• Los dos laterales: half derecho, half izquierdo.</li> <li>• El volante.</li> <li>• Delanteros: wing derecho, delantero central, wing izquierdo.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>

EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO

**Utilización del espacio de juego con sentido táctico**

- Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.
- Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.

**Sistemas de juego**

- Tradicional.
- Australiano.

**Reglas**

- Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.

**Normas y valores**

- Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.
- Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.

**Utilización del espacio de juego con sentido táctico**

- Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.
- Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.
- Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.
- Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.
- Resolución de situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.
- Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente o sin su intervención.
- La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.

**Sistemas de juego**

- Diferentes formas en cuanto a la disposición de los jugadores: horizontales, verticales.
- Diferentes formas y concepto de ruta de pelota: conceptual (estirada-superioridad); por el centro del campo (ambos centrales y volante central vs. delantero y volante central); por las bandas (lateral, volante lateral y extremo vs. volante lateral y defensa lateral).

**Reglas**

- Reglas del deporte formal.

**Normas y valores**

- Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.
- Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.
- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.
- Resolución de conflictos con independencia del docente.
- Formas de organización de los torneos y encuentros.

**Utilización del espacio de juego con sentido táctico**

- Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.
- Representación gráfica de tácticas y estrategias.

**Sistemas de juego**

- Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.
- Sistemas de juego: su combinatoria.

**Reglas**

- Reglas del deporte formal.

**Normas y valores**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tradicional.</li> <li>• Australiano.</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Organización táctica del grupo para un juego a partir de la propuesta del docente o sin su intervención.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diferentes formas en cuanto a la disposición de los jugadores: horizontales, verticales.</li> <li>• Diferentes formas y concepto de ruta de pelota: conceptual (estirada-superioridad); por el centro del campo (ambos centrales y volante central vs. delantero y volante central); por las bandas (lateral, volante lateral y extremo vs. volante lateral y defensa lateral).</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Resolución de conflictos con independencia del docente.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> </ul>	<p><b>Sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.</li> <li>• Sistemas de juego: su combinatoria.</li> </ul> <p><b>Reglas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reglas del deporte formal.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>
------------------------------------	---	---	---



Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Fútbol			
Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pases en situaciones de oposición.</li> <li>• Recepciones ante marca activa.</li> <li>• Conducción ante adversario.</li> <li>• Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del deporte.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• “Gambeta”.</li> <li>• Golpe de cabeza. Diferentes perfiles.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remate en movimiento ante oposición.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos, en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL	<p><b>Juego: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal. Fútbol 5. Fútbol 7.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul>	<p><b>Juego: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fútbol 5. Fútbol 7. Fútbol 11.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul>	<p><b>Juego: fútbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fútbol 5. Fútbol 7. Fútbol 11.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul>

**Táctica individual y colectiva; principios**

- Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.
- Comunicación motriz y gestual.
- Táctica colectiva. Inicio de juego
- Saque de mitad de cancha.
- Laterales.
- Saque de meta.
- Introducción a los principios tácticos de los deportes abiertos.

**Principio táctico: conservación**

- Desmarque.
- Apoyo al jugador con pelota (por delante de la línea de la pelota).
- Sostén al jugador con pelota (por detrás de la línea de la pelota).

**Principio táctico: progresión**

- Paredes simples (de a dos).
- "Pase y va"
- "Pase y sigue"

**Principio táctico: finalización**

1 vs. 1 (ofensivo).  
Carreras de penetración (por delante de la línea de la pelota).

**Principios tácticos defensivos**

- Posición de marca.
- Distancia de quite.
- Acción de quite.

**Normas y valores**

- Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.
- Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.
- Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.

**Principio táctico: conservación**

- Creación de línea de pase.
- Lectura de línea de pase.
- Superioridad numérica posicional (la superioridad numérica se establece previamente).

**Principio táctico: progresión**

- Paredes complejas (más de dos).
- Carreras creativas.
- Ampliación de espacios.

**Principio táctico: finalización**

- Movimientos de ruptura (por detrás de la línea de la pelota).
- Desequilibrio individual.

**Principios tácticos defensivos**

- Anticipo al jugador receptor.
- Intercepción de la trayectoria de la pelota.
- Temporizaciones (impedir el avance mientras se espera la ayuda).

**Normas y valores**

- Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.
- Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.
- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.
- Formas de organización de los torneos y encuentros.

**Principio táctico: conservación**

- Posesión del balón.
- Superioridad numérica funcional (la superioridad numérica sucede durante el juego).

**Principio táctico: progresión**

- "Romper la presión" (superación de la línea de presión).
- "Saltar la presión" (pasaje rápido de defensa a ataque).
- "Esquivar la presión" (cambio de frente).

**Principio táctico: finalización**

- Definiciones centrales fuera y dentro del área.
- Definiciones laterales.

**Principios tácticos defensivos**

- Marcación en zona.
- Escalonamientos, esperando o tomando en líneas defensivas.
- Coberturas (cubrir el espacio del compañero defensor que sale a la marcación).
- Inicio de presión (salir a la marcación del atacante con pelota).

**Normas y valores**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.

<b>Núcleo: Deportes abiertos (de invasión) - Rugby</b>			
<b>Eje</b>	<b>Nivel 1</b>	<b>Nivel 2</b>	<b>Nivel 3</b>
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Pérdida de miedo al contacto con el suelo. Técnica de caída en el tackle.</li> <li>• Tackle: técnica de costado y de frente.</li> <li>• Pase básico. Recepción en carrera.</li> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Tackle ofensivo. Tackle de atrás.</li> <li>• Técnicas en mini-maul y mini-ruck.</li> <li>• Pase y recepción en velocidad.</li> <li>• Pases de cambio de dirección, cruces, largos.</li> <li>• Pase corto en el eje del pasador.</li> <li>• Patadas de aire en el juego y de sobrepique.</li> <li>• Recepción.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas de los deportes abiertos: rugby</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnica y táctica individual del rugby.</li> <li>• Técnicas específicas de cada puesto: hooking y lanzamiento a la hilera del hooker;</li> <li>• salto y recepción en line-out de segundas líneas; control de la base del scrum del octavo; pase del medio scrum.</li> <li>• Puntapiés de aire, rastrón, sombrerito. Backs.</li> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico-táctico a partir del análisis de las habilidades técnico-tácticas que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones, cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio con un sentido táctico-estratégico.</li> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias en el juego.</li> </ul>

<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juego global.</li> <li>• Juego 1 vs. 1, 2 vs. 1 + 1 y 3 vs. 2 + 1.</li> <li>• Juego formal 9 vs. 9.</li> <li>• Sistema defensivo individual.</li> <li>• Sistema de ataque sin puestos específicos.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje en los juegos y deportes.</li> </ul> <p><b>Fases del juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque: desplegado y penetrante.</li> <li>• Defensa.</li> <li>• Alternancia de ataque y defensa.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del rugby.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Búsqueda de espacios: ocupar todo el ancho.</li> </ul>	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego 4 vs. 2 + 2; 4 vs. 4, 4 + 1 vs. 4 + 1. Juego formal 13 vs. 13.</li> <li>• Utilización del terreno de juego adaptado.</li> <li>• Puestos específicos en medios y primeras líneas.</li> <li>• Sistema defensivo básico de 1ª y 3ª barrera.</li> <li>• Sistema de ataque básico, juego desplegado y juego con el pie.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Fases del juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del ataque: obtención, lanzamiento de primera fase, conservación y relanzamiento en segunda fase.</li> <li>• Fases de la defensa: organización defensiva a partir de formaciones espontáneas y fijas.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtención de la propia pelota y conservación de la misma en el contacto.</li> <li>• Disputa de la pelota del rival.</li> </ul>	<p><b>Juego y sistemas de juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego por células. Juego formal 15 vs. 15.</li> <li>• Utilización del terreno reglamentario.</li> <li>• Puestos específicos en cada jugador.</li> <li>• Sistema defensivo de triple barrera defensiva. Sistema de ataque combinado; juego desplegado y juego con el pie.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz, estrategia.</li> <li>• Las instituciones deportivas: organizaciones barriales, clubes, centros deportivos.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><b>Fases del juego</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sistema básico de ataque a partir de formaciones fijas.</li> <li>• Jugadas de ataque de los backs.</li> <li>• Dos o más fases de ataque.</li> <li>• Reorganización defensiva a partir de los postes.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición respecto de los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos respecto de los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: conservación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Obtención de la propia pelota y conservación de la misma en el contacto.</li> <li>• Disputa de la pelota del rival.</li> </ul>
------------------------------------	---	--	---

	<p><b>Principio táctico: progresión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Concepto de ganar terreno.</li> <li>• Penetrar o pasar.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: finalización</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apoyo. Continuidad. Puntuar.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presión y recuperación.</li> <li>• Contraataque.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.</li> <li>• Normas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.</li> <li>• Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>	<p><b>Principio táctico: progresión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Búsqueda de espacios, agotar el lado del ataque.</li> <li>• Crear superioridad numérica. Evitar el contacto.</li> <li>• Apoyos en célula.</li> <li>• Continuidad.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: finalización</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruces, cambios de frente.</li> <li>• Puntuar.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ataque al oponente con balón.</li> <li>• Desplazamiento de la marca; doble marca. Ayuda.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.</li> <li>• Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.</li> <li>• Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.</li> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>	<p><b>Principio táctico: progresión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avanzar siempre.</li> <li>• Búsqueda de espacios, agotar el lado del ataque.</li> <li>• Crear superioridad numérica. Evitar el contacto.</li> <li>• Apoyos en célula. Pelota viva.</li> <li>• Continuidad.</li> </ul> <p><b>Principio táctico: finalización</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cruces, cambios de frente.</li> <li>• Puntuar.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pescar, ruckear.</li> <li>• Trabajar la pelota en el maul.</li> <li>• Recuperar la pelota en mauls y rucks.</li> </ul> <p><b>Normas y valores</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.</li> <li>• Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> <li>• Lealtad. Juego limpio. Respeto. Tolerancia. Cooperación. Solidaridad. Trabajo en equipo.</li> </ul>
--	---	---	--

## Núcleo: Deportes abiertos (de bate y campo) - Softbol

Eje	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Habilidades motoras específicas del softbol</b></p> <p><b>Habilidades técnicas básicas defensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pases, recepciones, lanzamientos.</li> <li>• Combinaciones.</li> <li>• Toma de la bola con 3 dedos y 4 dedos.</li> <li>• Tipos de pases: sobre hombro; de péndulo; sobre y bajo cadera.</li> <li>• Recepciones de pases: sin guante, con guante; sin desplazamiento, con desplazamiento; en el infield; en el outfield.</li> <li>• Tipos de recepciones por bateo: rodada (rolling), de línea, de pique, de aire (fly).</li> <li>• Lanzamientos. Posición en la placa: presentación, lanzamiento propiamente dicho, y posición en defensa. Tipos de lanzamientos: péndulo; ocho u honda.</li> </ul> <p><b>Técnicas básicas ofensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bateo. Toma del bate. Posición en la caja, swing, lectura de trayectoria de la bola, golpe a la bola, inicio de la carrera.</li> <li>• Carrera de una o más bases. Robo. Progresiones.</li> <li>• Errores frecuentes de ejecución en las habilidades específicas del deporte.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del softbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Posiciones y desplazamientos de los distintos segmentos en las habilidades deportivas.</li> <li>• Correcciones y ajuste técnico a partir del análisis de las habilidades que realiza el mismo alumno, los compañeros y el docente.</li> <li>• Estructura rítmica de habilidades motoras específicas.</li> </ul> <p><b>Habilidades técnicas específicas defensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzamientos. Tipos de lanzamientos: péndulo; ocho u honda; medio molino.</li> <li>• Lanzador. Técnicas de ejecución. Dónde, cómo, qué y cuándo lanzar.</li> <li>• Receptor. Ubicación en la caja. Posición, desplazamientos, señas, pases. Táctica con el lanzador.</li> </ul> <p><b>Técnicas específicas ofensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bateo. Toque (bunt) y bateo de corrido (slamp).</li> <li>• Carrera de una o más bases. Robo.</li> <li>• Detenciones y resbaladas: de gancho, de cabeza, de espalda.</li> </ul>	<p><b>Habilidades motoras específicas del softbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilización de habilidades motoras específicas con mayor incidencia de los factores condicionales.</li> <li>• La relación entre la resolución táctica, la habilidad motriz y la condición corporal.</li> </ul> <p><b>Habilidades técnicas específicas defensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lanzamientos. Molino; medio molino con molino.</li> <li>• Lanzador. Técnicas de ejecución. Dónde, cómo, qué y cuándo lanzar. Curvas y efectos.</li> <li>• Receptor. Ubicación en la caja. Posición, desplazamientos, señas, pases. Táctica con el lanzador.</li> </ul> <p><b>Técnicas específicas ofensivas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carrera de una o más bases. Robo.</li> <li>• Detenciones y resbaladas: de gancho, de cabeza, de espalda.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacios convenientes y no convenientes en situaciones de juego.</li> <li>• Posiciones en el espacio de los deportes con un sentido táctico estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ubicación, relevos, rotaciones y cubrimientos en las posiciones y funciones en el juego.</li> <li>• Selección de habilidades motoras de acuerdo con las trayectorias y los desplazamientos.</li> <li>• Anticipación de desplazamientos en el espacio de los deportes con un sentido táctico-estratégico.</li> </ul>	<p><b>Utilización del espacio de juego con sentido táctico</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uso de espacios reales y potenciales en el desarrollo del juego.</li> <li>• Representación gráfica de tácticas y estrategias.</li> <li>• Jugadores de campo interior (infielders). Ubicación, desplazamientos, relevos y cubrimientos.</li> <li>• Jugadores de campo exterior (outfielders): izquierdo, centro, derecho. Ubicación, desplazamientos y cubrimientos.</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resoluciones tácticas aplicando nociones espaciales y temporales.</li> <li>• Jugadores de campo interior (infielders): primera, segunda, tercera, short-stop, lanzador y catcher.</li> <li>• Jugadores de campo exterior (outfielders): izquierdo, centro, derecho.</li> </ul>	
<p>EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL</p>	<p><b>Juego: softbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El deporte reducido como elemento introductorio al deporte formal.</li> <li>• Juegos de bate y campo para espacios reducidos: con una sola base y con dos bases.</li> <li>• Juegos de iniciación.</li> <li>• Deporte reducido.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos.</li> <li>• Situaciones en superioridad e inferioridad numérica.</li> <li>• El arbitraje.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual.</li> <li>• Comunicación motriz y gestual.</li> <li>• Introducción a los principios tácticos del softbol.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Principio general del deporte.</li> <li>• Principios básicos de defensa.</li> <li>• Aplicación a situaciones de juegos.</li> </ul>	<p><b>Juego: softbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos reducidos con dos bases, tres y cuatro bases.</li> <li>• Juegos modificados y aplicativos.</li> <li>• Juegos y partidos de softbol con las reglas oficiales.</li> <li>• Criterios para la selección y conformación de los equipos en situaciones de competencia deportiva.</li> <li>• Torneos y encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición en el enfrentamiento individual y grupal.</li> <li>• Estructuras y elementos comunes y diferentes con otros deportes abiertos.</li> <li>• Situaciones de juego con aplicación de principios tácticos.</li> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• La comunicación motriz: producción e interpretación de mensajes entre compañeros y adversarios.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de principios de defensa a situación de juego.</li> <li>• Habilidad táctica general del juego: dónde, cómo, a quién eliminar.</li> <li>• Sistemas defensivos: abierto, cerrado y mixto. Ventajas y desventajas.</li> </ul>	<p><b>Juego: softbol</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos y partidos de softbol en cancha y con las reglas oficiales.</li> <li>• El deporte escolar y el deporte en otros ámbitos.</li> <li>• Elementos constitutivos de la estructura de los deportes: espacio, tiempo, técnica, reglas, comunicación motriz y estrategia.</li> <li>• Análisis y comparación con otros deportes a partir de los elementos constitutivos de su estructura.</li> </ul> <p><b>Táctica individual y colectiva; principios</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de oposición con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> <li>• Situaciones de oposición anticipando trayectorias y desplazamientos con respecto a los objetivos táctico-estratégicos.</li> </ul> <p><b>Principios tácticos defensivos individuales y de equipo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicación de principios de defensa en situación de partido.</li> <li>• Habilidad táctica general del juego: dónde, cómo, a quién eliminar.</li> <li>• Sistemas defensivos: abierto, cerrado y mixto. Ventajas y desventajas de cada uno.</li> </ul>

### **Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo**

- Principio general del deporte.
- Principios de ataque.
- Aplicación de principios a situación de juego.

### **Reglas**

- Reglas consensuadas en el grupo que favorezcan la participación de todos.
- Maneras básicas de quedar eliminado: fly (bateo atrapado de aire por un defensor); obligado (pisando la base un defensor que posee la bola antes de que llegue el bateador-corredor); tocando (el defensor tocar al atacante antes de que llegue el corredor a su base); tercera vez que batee en falta.
- Anotación de puntos: llegar a base en los juegos. Llegar a home en juegos y partidos.
- Períodos o inning: cambios cuando lleguen a 3 outs, o a 3 carreras.

### **Normas y valores**

- Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.
- Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.

### **Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo**

- Aplicación de los principios de ataque a situación de juego.
- Orden de bateo: orden de ubicación.
- Combinación de jugadas: entre el bateador y corredor.
- Función del consejero (coach) según señas preestablecidas.

### **Reglas**

- Conducción del juego reglamentario con reglas básicas, "no federado".
- Anotación de puntos: llegar a home en juegos y partidos.
- Períodos o inning: cambios cuando lleguen a 3 outs.
- Introducción al reglamento oficial.
- Aplicación en la práctica.

### **Normas y valores**

- Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.
- Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.
- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.
- Formas de organización de los torneos y encuentros.

### **Principios tácticos ofensivos individuales y de equipo**

- Aplicación de los principios de ataque en situación de partidos.
- Orden de bateo: según el line up, por habilidad en el bateo.
- Combinación de jugadas entre el bateador y los corredores.
- Función del consejero (coach); acatar las señas.
- Análisis de las ventajas y desventajas de la aplicación de sistemas de ataque y defensa de acuerdo con el rival.
- Sistemas de juego: su combinatoria.

### **Reglas**

- Reglamento oficial de juego.

### **Normas y valores**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.



En las prácticas acuáticas, los contenidos se hallan organizados en cuatro niveles. Los docentes determinarán el punto de partida desde el cual desarrollar la tarea pedagógica de acuerdo con las experiencias motrices previas de los estudiantes en el medio acuático.

Núcleo: Prácticas acuáticas				
	Adaptación al medio acuático		Conquista del medio acuático	
	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel 4
Ejes	Aproximación al medio acuático	Adaptación propiamente dicha	Descubrimiento de las variables comunes a las acciones motrices	Aplicación a las actividades codificadas
EL PROPIO CUERPO	<p><b>Cuidado de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: diferencias térmicas corporales.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> <li>• Riesgos del espacio acuático, dentro y fuera del natatorio.</li> </ul> <p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el contacto con el medio acuático.</li> <li>• Inmersión parcial y total en verticalidad.</li> <li>• Control de la apnea con ojos cerrados y abiertos.</li> </ul> <p><b>Habilidades motoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamientos de diversas formas.</li> <li>• La entrada al agua: por la escalera, desde el borde, desde posición sentado.</li> </ul>	<p><b>Cuidado de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> <li>• Riesgos del espacio acuático, dentro y fuera del natatorio.</li> </ul> <p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas explorando diferentes empujes.</li> <li>• Registro y control de la apnea, la inspiración y la espiración.</li> <li>• Experimentación de la incidencia respiratoria en inmersión, flotación y desplazamiento.</li> <li>• Experimentación de la posición del cuerpo en la flotación.</li> </ul> <p><b>Habilidades motoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento con combinación de acciones motrices.</li> </ul>	<p><b>Cuidado de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> </ul> <p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el uso de técnicas de nado.</li> <li>• Registro del ritmo respiratorio. Espiración rítmica.</li> <li>• La ubicación de los diferentes segmentos corporales en la coordinación de brazadas y patadas en crol y espalda.</li> <li>• Registro en la búsqueda de aguas quietas en la propulsión.</li> <li>• Posición hidrodinámica del cuerpo.</li> </ul> <p><b>Habilidades motoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrada al agua: desde la superficie, en posición invertida. Desde el borde, en diferentes alturas.</li> </ul>	<p><b>Cuidado de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas relacionadas con el cuidado del cuerpo.</li> <li>• El esfuerzo en la actividad física acuática: registro del cansancio y necesidad de descanso.</li> <li>• Pautas de higiene.</li> </ul> <p><b>Conciencia corporal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensaciones propioceptivas en el uso de técnicas de nado.</li> <li>• Control del ritmo respiratorio en diferentes situaciones.</li> <li>• Respiración bilateral.</li> <li>• Los grupos musculares que intervienen en las distintas acciones motrices.</li> <li>• Utilización de aguas quietas para lograr una propulsión eficaz.</li> <li>• Posición hidrodinámica del cuerpo.</li> </ul> <p><b>Habilidades motoras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zambullida de cabeza.</li> <li>• Partidas y vueltas aplicadas a distintas situaciones posteriores.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La flotación: su experimentación en distintas posiciones.</li> <li>• Distintos impulsos desde pared, piso, objetos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cadenas motoras: empuje (contra la pared), extensión del cuerpo, deslizamiento, utilización de las piernas.</li> <li>• Tracción, propulsión, relajación.</li> <li>• Combinación de habilidades de vuelta y nado.</li> <li>• Formas diversas de zambullirse: saltos y agrupaciones, extensiones en el vuelo, desde la superficie en posición invertida.</li> <li>• La respiración en la inmersión, la flotación y los desplazamientos; su coordinación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Flotación dorsal, ventral y vertical.</li> <li>• Encadenamiento de los momentos de propulsión, recobro, inspiración-espирación. Técnicas de nado: crol, espalda, pecho.</li> <li>• Partidas y vueltas en crol, espalda y pecho.</li> <li>• Acciones motrices en diferentes planos.</li> <li>• Nado sincronizado.</li> <li>• La posición de la cabeza.</li> <li>• La coordinación de la respiración.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las vueltas de competición. La vuelta de mariposa.</li> <li>• Equilibrio estático y dinámico en situaciones motrices en el agua, entre ellas nado sincronizado.</li> <li>• Crol, espalda, pecho, mariposa.</li> <li>• Buceo.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO FÍSICO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocimiento de la pileta y sus profundidades.</li> <li>• Orientación en el espacio en relación con diversas posiciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de riesgo en las prácticas acuáticas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones de riesgo en las prácticas acuáticas.</li> <li>• La resistencia del agua a la acción de brazos y piernas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anticipación de situaciones de riesgo.</li> <li>• La resistencia del agua a la acción de brazos y piernas.</li> </ul>
EL CUERPO Y EL MEDIO SOCIAL	<p><b>Juegos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos de adaptación al medio.</li> <li>• Invención de juegos.</li> <li>• Juegos de búsqueda.</li> <li>• Juegos de persecución, con o sin empleo de elementos.</li> <li>• Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando espacios, finalidades y habilidades a utilizar.</li> <li>• Carreras por equipos.</li> <li>• Juegos deportivos en el agua.</li> </ul>	<p><b>Juegos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juegos de adaptación al medio.</li> <li>• Invención de juegos.</li> <li>• Juegos de búsqueda.</li> <li>• Juegos de persecución.</li> <li>• Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando espacios, finalidades y habilidades a utilizar.</li> <li>• Carreras por equipos.</li> <li>• Juegos deportivos en el agua.</li> </ul>	<p><b>Juegos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invención de juegos.</li> <li>• Juegos deportivos.</li> <li>• Juegos con disfraces en el agua, a partir de un tema de interés.</li> <li>• Waterpolo adaptado: con adecuación de los componentes de su estructura.</li> <li>• Carreras por equipos.</li> </ul>	<p><b>Juegos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invención de juegos.</li> <li>• Juegos de invasión y de pileta dividida.</li> <li>• Juegos con disfraces en el agua, a partir de un tema de interés.</li> <li>• Juegos de equipos, inventando las reglas y acordando las habilidades a utilizar.</li> <li>• Waterpolo adaptado: con adecuación de los componentes de su estructura.</li> <li>• Carreras por equipos.</li> <li>• Postas.</li> </ul>

**Normas y valores**

- Resolución de conflictos en el grupo con mediación del docente.
- Respeto por el derecho a participar, jugar y aprender ante las diferencias de nacionalidad, costumbres, capacidad y género.

**Normas y valores**

- Noción de justicia y de equidad en la aplicación de reglas y normas.
- Acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros.
- Valoración de la competencia atendiendo a la importancia de compartir, los desafíos a superar y lo circunstancial del enfrentamiento.
- Resolución de conflictos con independencia del docente.
- Formas de organización de los torneos y encuentros.

**Normas y valores**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.

**Normas y valores**

- Formas de organización de los torneos y encuentros: posibilidades y limitaciones.
- Diseño, organización y participación en encuentros deportivos dentro de la institución y con otras instituciones.



## ORIENTACIONES GENERALES PARA LA EVALUACIÓN

Se sugiere que cada profesor desarrolle un programa de evaluación.

Un programa de evaluación es una estructura compuesta por distintas instancias e instrumentos de evaluación, que permiten evaluar aprendizajes diversos y atienden a los diferentes propósitos de la evaluación.

El programa de evaluación debe diseñarse a partir de los objetivos anuales de la asignatura.

La evaluación se orienta a la mejora de los procesos de aprendizaje y de enseñanza y brinda información a estudiantes y docentes para tomar decisiones orientadas a la mejora continua.

El diseño de un programa de evaluación debe contemplar las siguientes características:

- Incluir al menos tres instancias de evaluación por estudiante por trimestre y/o cuatrimestre.
- Contemplar la evaluación de distintos tipos de aprendizaje (conocimientos, procedimientos, habilidades, actitudes, etcétera).
- Contemplar la evaluación del proceso de aprendizaje de los alumnos.
- Incluir situaciones de evaluación de inicio, formativa y final.

- Promover la utilización de diversas propuestas de evaluación (pruebas escritas y orales, pruebas de desempeño, producciones, coloquios, portfolios, análisis de casos, matrices de valoración).

Para el diseño del programa de evaluación de la asignatura Educación Física, adquieren especial relevancia las siguientes consideraciones:

La evaluación de los aprendizajes motores requiere ser concebida como un proceso complejo, sistemático, integrado al proceso de enseñanza, que permita obtener información acerca del desempeño motor de los estudiantes, emitir juicios de valor y tomar decisiones pedagógicas adecuadas.

Se hace necesario, en este proceso, promover en los estudiantes la construcción del sentido que tiene una situación evaluativa. Para ello, se sugiere profundizar un abordaje comprensivo en la evaluación mediante prácticas en las que el docente y los estudiantes, de manera conjunta, pongan en análisis los aprendizajes –procesos y resultados–, la experiencia de cada estudiante en ese recorrido y el proceso grupal. En este sentido, resultan valiosas aquellas instancias en las que los estudiantes evalúan sus aprendizajes, los de sus compañeros, el proceso grupal, como así también la propuesta de enseñanza. Estas prácticas permiten poner el acento en la valoración de los avances, en el reconocimiento del “yo puedo” y no en lo que falta para llegar a un supuesto

modelo basado en patrones externos al sujeto. Es importante atender a la consideración de la singularidad de cada sujeto al ser evaluado: muchas veces, no se tiene en cuenta qué saberes previos han sido construidos por los alumnos y de qué conocimientos disponen para avanzar hacia nuevos desafíos motrices.

“La evaluación no es ni puede ser un apéndice de la enseñanza ni del aprendizaje; es parte de la enseñanza y del aprendizaje. En la medida en la que un sujeto aprende, evalúa, discrimina, valora, critica, opina, razona, fundamenta, decide, enjuicia, opta... entre lo que considera que tiene valor en sí y aquello que carece de él. Esta actitud evaluadora, que se aprende, es parte del proceso educativo que, como tal, es continuamente formativo.”<sup>7</sup>

Resulta deseable que el docente defina en cada situación, en lo posible con los estudiantes, el momento adecuado en el que se va a evaluar. Es aconsejable hacerlo cuando los avances puedan ser integrados en aprendizajes más amplios, más complejos e incluso más significativos para los estudiantes. Si se detecta una distancia entre los saberes de los estudiantes y los objetivos esperados, los docentes deben asumir el compromiso de implementar nuevas estrategias de enseñanza para que los alumnos puedan alcanzar esos logros esperados. Es preciso atender a los diferentes tiempos que los estudiantes experimentan en sus procesos de aprendizaje y entender a cada uno en su singularidad, evitando el diseño de actividades evaluativas para un sujeto genérico.

<sup>7</sup> Camilloni, A.; Susana Celman; Edith Litwin y María del Carmen Palou de Maté (1998). *La evaluación de los aprendizajes en el debate didáctico contemporáneo*. Buenos Aires, Paidós.

En este sentido, deben contemplarse:

- el énfasis en la evaluación formativa;
- la importancia de la autoevaluación y la coevaluación, además de la heteroevaluación;
- la necesidad de articular la evaluación con la enseñanza;
- la comprensión de la peculiaridad de cada proceso de aprendizaje, más allá de verificar los logros alcanzados a partir de una determinada propuesta de enseñanza;
- el planteo de la situación evaluativa como una instancia de aprendizaje donde se evalúe el desempeño global de los estudiantes y se tomen en cuenta los tres ejes organizadores de contenidos: El propio cuerpo, El cuerpo y el medio físico, El cuerpo y el medio social;
- el reconocimiento de las condiciones de partida de cada estudiante en situaciones de evaluación donde el docente y los estudiantes intercambian puntos de vista y, a partir de esas condiciones, proyectan logros posibles. Esta tarea compartida se debe plantear en las situaciones de evaluación formativa, así como también en la evaluación final.

Por consiguiente, se sugiere:

- Diseñar actividades de evaluación junto con los estudiantes, construyendo con ellos indicadores claros que les permitan conocer y participar de las mismas.
- Contemplar la complejidad de las prácticas corporales evitando, por una parte, evaluar aspectos fragmentados de las mismas y, por otra, el recurso a pruebas de ejecución para diferentes habilidades motoras en forma aislada o descontextualizada.

- Evaluar las capacidades condicionales con el sentido de orientar un tratamiento personalizado, y no traducir esta evaluación en calificación.
- Establecer criterios de evaluación claros y comunicables y, en lo posible, construirlos con los estudiantes, como pautas orientadoras de las situaciones evaluativas.

“La Educación Física debe construir prácticas evaluativas democráticas, en términos de procesos y métodos abiertos y explícitos quedando, de este modo, sensibles a ser criticados, discutidos, y reelaborados cuando así lo requieran los involucrados.”<sup>8</sup>

A modo de ejemplos, se recuperan a continuación algunos objetivos de la asignatura y se especifican criterios para orientar los procesos de evaluación en cada caso:

## TERCER AÑO

Objetivo	Criterios para orientar la evaluación
Participar activamente de la expresión gimnástica o del deporte seleccionado, elaborando y aplicando resoluciones estratégicas o secuencias de acciones con mayor autonomía, progresivo ajuste técnico y atendiendo a los aspectos reglamentarios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la pertinencia y eficacia en los tipos de respuestas motoras y en las decisiones estratégicas que se ponen en juego ante los diferentes problemas de movimiento según la disciplina gimnástica o deportiva que se trate.</li> <li>• Atender a los aspectos reglamentarios en los deportes y en aquellas expresiones de la gimnasia que lo requieran.</li> <li>• Considerar los modos de vincularse y las actitudes que se ponen en juego en esa práctica.</li> </ul>
Elaborar acuerdos grupales para el cuidado propio y de los compañeros anticipando situaciones de riesgo en las prácticas motrices.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Atender a la participación de todos en la elaboración de acuerdos grupales.</li> <li>• Considerar la fundamentación de los acuerdos elaborados.</li> <li>• Tomar en cuenta el respeto de los acuerdos construidos en las situaciones de las prácticas gimnásticas y/o deportivas.</li> </ul>
Identificar problemáticas ambientales, proponiendo alternativas en la búsqueda de posibles soluciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la pertinencia del fundamento que le permitió identificar las problemáticas seleccionadas.</li> <li>• Considerar en las posibles soluciones la diferenciación entre aquellas que requieran la propia intervención, la de terceros y/o la de una institución determinada.</li> </ul>

<sup>8</sup> GCABA. Ministerio de Educación, Dirección General de Planeamiento Educativo, Dirección de Currícula y Enseñanza (2011). *Educación Física. La evaluación: de rituales, búsquedas y propuestas*. Serie Aportes para la enseñanza. Escuela Primaria.

## CUARTO AÑO

Objetivo	Criterios para orientar la evaluación
Participar en la elaboración de una secuencia personalizada de tareas para la estimulación de las capacidades motrices, utilizando principios y criterios .	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la pertinencia de los criterios utilizados para seleccionar ejercicios y tareas en la secuencia solicitada.</li> <li>• Tomar en cuenta la adecuación de las tareas al propósito seleccionado.</li> <li>• Considerar la factibilidad de la implementación de la secuencia y el análisis de los resultados obtenidos.</li> <li>• Considerar la explicitación de los principios y el uso pertinente de los mismos en la secuencia.</li> </ul>
Analizar críticamente la relación entre su capacidad resolutoria, la habilidad empleada y la condición corporal disponible y practicar tareas para la mejora y el disfrute de su desempeño.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la comprensión de cómo incide en esa resolución su capacidad condicional y sus habilidades motrices.</li> <li>• Tomar en cuenta la propuesta de tareas para estimular sus capacidades motrices en función de los requerimientos de su desempeño.</li> </ul>
Posicionarse críticamente como practicante de la cultura corporal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la elaboración de uno o más fundamentos para explicar la práctica corporal que realiza en la escuela y más allá de la escuela.</li> <li>• Tomar en cuenta el reconocimiento de valores e intereses relacionados con las prácticas corporales y su análisis crítico.</li> </ul>

## QUINTO AÑO

Objetivo	Criterios para orientar la evaluación
Construir grupalmente producciones gimnásticas y expresivas combinando ritmos variados, planos y/o direcciones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la puesta en acto de la producción gimnástica y expresiva respetando la indicación sobre sus componentes.</li> <li>• Tomar en cuenta la participación democrática en la toma de decisiones en el proceso de producción.</li> <li>• Considerar la originalidad en la producción elaborada.</li> </ul>
Participar en el desarrollo, organización y gestión de intercambios, encuentros o eventos para la realización de prácticas corporales –ludomotrices, gimnásticas, expresivas y deportivas–, mediante la autogestión y/o en relación con organizaciones e instituciones de la comunidad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la implementación del proyecto en función de acuerdos construidos.</li> <li>• Evaluar la relación con las organizaciones en pos de facilitar la concreción del proyecto.</li> <li>• Tomar en cuenta la autonomía creciente en la resolución de las dificultades que se presentan.</li> </ul>
Apropiarse, valorar, recrear y disfrutar de diversas prácticas de la cultura corporal y motriz popular –urbanas, rurales y otras–, de variados tipos de juegos, deportes, gimnasia en sus diferentes expresiones y las actividades en distintos ambientes, en el marco de la construcción compartida.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Considerar la propuesta de los estudiantes para realizar diversas prácticas de la cultura corporal.</li> </ul>