

Ministerio de
EDUCACIÓN



GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
CÓRDOBA

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

SUBSECRETARÍA DE ESTADO DE PROMOCIÓN DE IGUALDAD Y CALIDAD
EDUCATIVA

Colección

Pensar la enseñanza, tomar decisiones

EDUCACIÓN PRIMARIA

Jornada Extendida

SEGUNDO CICLO

**CAMPO DE FORMACIÓN
EDUCACIÓN FÍSICA**

**PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO
DIDÁCTICO**

ÁREA DE DESARROLLO CURRICULAR

El por qué y el para qué de esta Colección

Esta planificación forma parte de una Colección que hemos denominado **PENSAR LA ENSEÑANZA, TOMAR DECISIONES**, integrada por diversos materiales de desarrollo curricular producidos por los equipos técnicos del Área de Desarrollo Curricular de esta Subsecretaría, así como por especialistas y docentes invitados a participar, con el propósito de acompañar a las instituciones y a los docentes en los procesos de implementación del Diseño Curricular y su resignificación en contexto.

La Colección está destinada a compartir algunas **propuestas posibles de planificación de la enseñanza para distintos grados y espacios curriculares de la Educación Primaria. Se han incluido, además, algunos desarrollos didácticos con el propósito de mostrar algunas alternativas de implementación en cuanto a actividades de aprendizaje, intervenciones docentes, modalidades de organización y gestión de la clase, recursos.**

Todos los materiales que integran esta serie han sido producidos a partir de algunas intencionalidades claves:

- ◆ Recuperar los aportes y decisiones didácticas que han sido construidos con directivos y docentes en las diferentes instancias de capacitación. En este sentido, algunas de las planificaciones retoman propuestas elaboradas colectivamente en los encuentros de trabajo con maestros de la provincia de Córdoba.
- ◆ Enfatizar la importancia de entender el proceso de planificar como estrategia de *organización del tiempo didáctico* y como instancia de *toma de decisiones* que implica reflexionar sobre el objeto de enseñanza y aprendizaje, las finalidades formativas de cada espacio curricular, los sujetos destinatarios, los contextos, las condiciones de enseñanza, los modos de intervención docente.
- ◆ Priorizar aquellos saberes que, en tanto orientadores y organizadores de la enseñanza en cada espacio curricular, *“actúan como referentes de la tarea docente pues son indicativos de las experiencias educativas que se han de propiciar para contribuir al desarrollo, fortalecimiento y ampliación de la posibilidades expresivas, cognitivas y sociales de los estudiantes”* (Diseño Curricular de la Educación Primaria, p. 17).

- ◆ Mostrar diversas alternativas que permitan visualizar de qué manera podrían articularse los contenidos involucrados en los aprendizajes esperados en cada espacio curricular, a fin de evitar la fragmentación y favorecer experiencias educativas integrales, culturalmente situadas, que enriquezcan las trayectorias personales, escolares y sociales de los estudiantes.
- ◆ Compartir con los maestros diversos modos de organizar, secuenciar y abordar los aprendizajes y contenidos seleccionados, así como la previsión de estrategias y recursos que contribuyan a generar ambientes de aprendizaje que permitan que *todos* los niños puedan desarrollar sus potencialidades.

Estos materiales no constituyen una propuesta cerrada ni mucho menos incuestionable. Tampoco pretenden constituirse en ejemplos a seguir, ya que no los anima una intención prescriptiva. El propósito es que lleguen a las escuelas para entrar en diálogo con lo producido por los equipos directivos y docentes, para generar discusión, para suscitar ideas superadoras. Y esto es así, porque cada aula es *"el espacio donde el docente, a partir de sus saberes disciplinares, pedagógicos e institucionales, y de acuerdo con las demandas de cada grupo-clase, toma decisiones sobre su propia práctica profesional y sobre el aprendizaje de sus estudiantes"* (Diseño Curricular de la Educación Primaria, pp. 12-13).

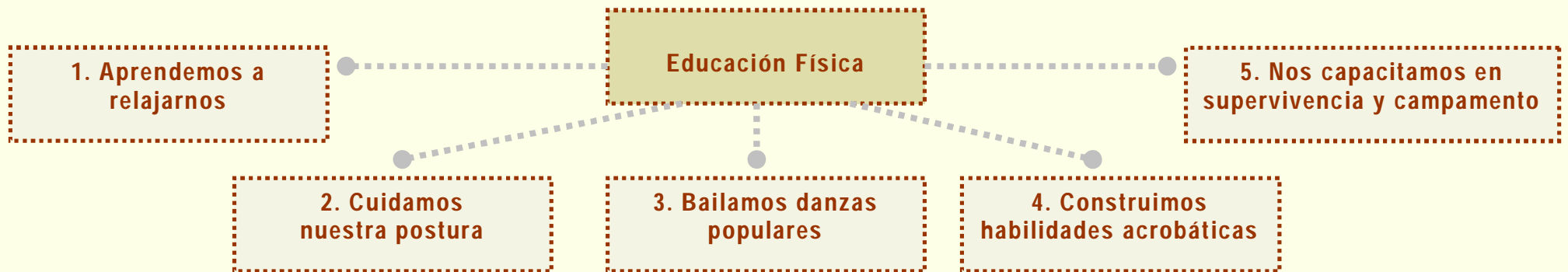
Planificación anual de *Educación Física* –Jornada extendida–

En la jornada extendida *Educación Física* forma una unidad con el espacio curricular del mismo nombre, al que los estudiantes del segundo ciclo se integran en su jornada escolar.

El sentido de este espacio curricular extendido es¹:

- Ofrecer un espacio y un tiempo institucional en el cual el estudiante construya aprendizajes válidos en el campo de lo cultural, social, corporal, motriz y lúdico.
- Promover la construcción de saberes a partir de la práctica de actividades corporales y ludomotrices, y la reflexión sobre ellas.

En el ejemplo de planificación que aquí se desarrolla², *Educación Física* está integrada por cinco unidades de trabajo:



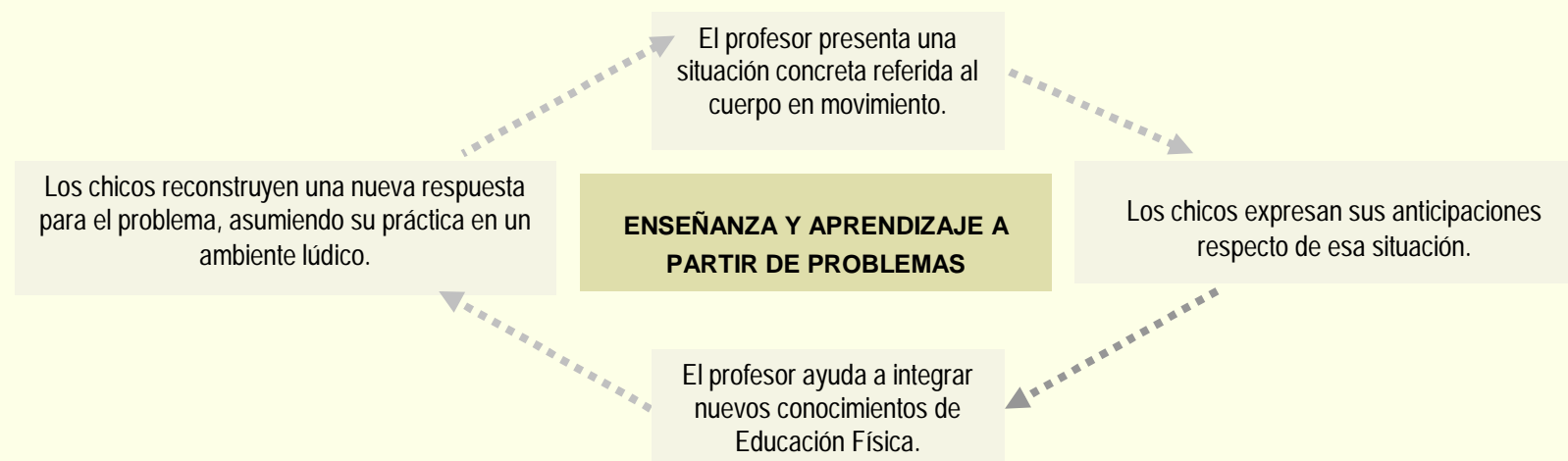
¹ Gobierno de la Provincia de Córdoba, Ministerio de Educación (2012), *Diseño curricular de la Educación Primaria 2012-2015*, www.igualdadycalidadcoba.gov.ar/SIPEC-CBA/publicaciones/EducacionPrimaria/Primaria.html, pp. 302-304.

² Este ejemplo de planificación que se acerca a los colegas, "pretende constituirse en una propuesta abierta y flexible que incentive a directivos y docentes a realizar mejoras e innovaciones de acuerdo con su contexto específico" (Gobierno de la Provincia de Córdoba, Ministerio de Educación, 2012, Op. Cit., p. 12). Es, entonces, un ejemplo más, entre muchos otros; no está entendido como modelo único a seguir ni está ofrecido como la mejor manera de concretar la formación en Educación Física durante la jornada extendida... es nada más que una idea posible. De hecho, en el apartado correspondiente a la Propuesta Pedagógica de Jornada Extendida del Diseño Curricular, el docente va a encontrar un repertorio de unidades didácticas diferentes a las incluidas en este plan; las posibilidades son muchas, no están acotadas a las incluidas en este ejemplo y es necesario acordarlas entre los profesores de Educación Física de la escuela para evitar repeticiones, y para responder a las necesidades de los niños y de sus familias.

Todos los recursos didácticos web incluidos en esta planificación han sido controlados en febrero de 2013.

Las unidades didácticas que integran este ejemplo abarcan contenidos de *Educación Física* que la instancia de trabajo compartido ha de permitir que resulten novedosos para los chicos de segundo ciclo, evitando contenidos y redundancia de aprendizajes y propiciando, en cambio, una construcción enriquecida y conjunta, a partir de actividades distintas de las que se desarrollan en el resto de la jornada escolar.

En su aspecto didáctico, la metodología de esta propuesta se centra en la resolución de problemas:



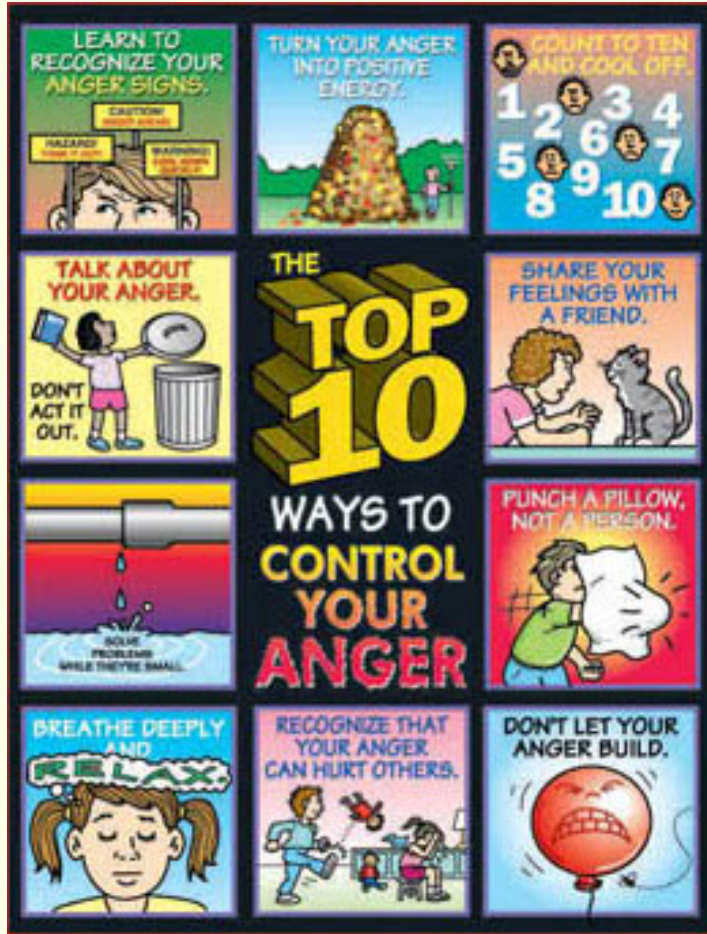
Unidad 1. Aprendemos a relajarnos

Objetivos: Los niños construyen los conocimientos de:

- Usar patines y bicicletas de modo responsable para el propio cuerpo y para el espacio compartido con los demás.
- Evaluar los cambios corporales que resultan del esfuerzo físico.
- Manejar técnicas de relajación.
- Implementar técnicas de relajación en situaciones cotidianas de enojo, que requieran una “puesta en calma”.

Actividades y contenidos:

- Proponemos un juego de presentación³ y reconocimiento de los integrantes del grupo (en cada clase de esta primera unidad realizamos un juego distinto, para que maestros y nuevos compañeros podamos conocer a cada niño).



- Realizamos prácticas sobre patines: posición de base sobre una superficie antideslizante, flexiones y extensiones, balanceos, pasos, uso de un solo patín, ayuda en el desplazamiento a través del trabajo en parejas, patinaje libre, juegos con patines, entre otros.
- Luego de cada ejercicio con patines, dedicamos una parte de la clase a que los chicos adquieran capacidades para distinguir cuándo necesitan relajarse: reconozcan músculos tensos, respiración alterada, cara colorada, un estado general de incomodidad. El reconocimiento se extiende a situaciones cotidianas que generan enojo y "ganas de pelear".
- Realizamos ejercicios para "no perder el control": respiraciones profundas, sentarse o acostarse, cambiar de lugar, desviar la atención y proponerse no actuar con furia (contando del 1 al 10, por ejemplo).⁴
- Realizamos ejercicios para normalizar la respiración.
- Realizamos ejercicios para relajar manos y brazos, brazos y hombros, hombros y cuellos, cara, pecho y pulmones, abdomen, piernas y pies, implementando una serie por clase. Los niños aprenden, así, a tensar y a relajar, y a diferenciar entre un estado y otro, evaluando las sensaciones agradables de tranquilidad que el momento de distensión provoca. En una primera etapa, somos los profesores quienes damos las instrucciones; luego, son distintos niños del grupo los que van orientando la relajación hasta que cada uno pueda distenderse autónomamente⁵.
- Promediando la unidad de trabajo, incluimos bicicletas a las clases. Practicamos su uso en marcha, equilibrio y maniobras; zigzagueamos entre conos, recorremos un trayecto variando velocidades, mantenemos el equilibrio llevando una carga...⁶, evaluando los beneficios de usar bicicletas como medio de transporte y como promotora de ejercicio físico. Realizamos una recorrida en bicicleta por los alrededores.

³ Esta página web contiene un repertorio amplio de juegos y ejercicios: www.educacionfisicaenprimaria.es.

⁴ La imagen corresponde a la página "Cinco pósters para el manejo de la ira en niños". www.childtherapytoys.com/store/product2919.html

⁵ Este trabajo de relajación y de manejo de la tensión va a cerrar cada clase de Educación Física a lo largo del año.

⁶ La inclusión de bicicletas a la clase de *Educación Física* plantea una ocasión de trabajo compartido con *Ciudadanía y participación*, alrededor de cuestiones de educación vial.

Unidad 2. Cuidamos nuestra postura

Objetivos: Los niños aprenden a:

- Cuidar su espalda.
- Considerar la necesidad de una buena postura frente al monitor de una PC y en otras situaciones cotidianas.
- Superar el sedentarismo, tomando como lema el: “¡Movámonos!”.
- Integrar secuencias de ejercicios de fortalecimiento muscular y articular que requieren poco espacio, y que implican interrumpir y reemplazar tareas en posición sentados.

Actividades y contenidos:

- Presentamos el sitio web Ludos⁷. Los chicos experimentan con los problemas que van planteando las sucesivas pantallas, las que requieren una posición crítica a favor de los deportes, la recreación y la vida al aire libre.
- En un momento de la tarea, “congelamos” la tarea y pedimos a los chicos que, sin moverse, observen qué está sucediendo con su cuerpo y el de sus compañeros. Tal vez detectemos a niños encorvados o sentados en el borde de su silla, o que exigen torsiones a su cuello o sus muñecas. Entonces, los profesores presentamos el contenido de esta unidad, destinado a mejorar la postura y a fortalecer distintas partes del cuerpo cuando se requiere compensar un trabajo corporalmente monótono o que mantiene una posición estática.
- Los profesores mostramos imágenes que ilustran casos de escoliosis y de actitudes que propician problemas en la columna vertebral. Analizamos situaciones cotidianas –papás que deben cargar bolsas, mamás que deben permanecer mucho tiempo paradas– que implican riesgo vertebral.



⁷ Proyecto Ludos, Recursos educativos multimedia e interactivos en el área de Educación Física para el alumnado de Primaria www.educacionfisicaenprimaria.es/juegos-interactivos1.html. La misma finalidad –el análisis de nuestros comportamientos corporales frente a la pantalla– puede ser cumplida con la proyección de alguno de los programas de TV de Canal Encuentro vinculados con la Educación Física:

- *Alto rendimiento*. “La serie propone un recorrido por cada una de las disciplinas deportivas en las que se destacan los atletas argentinos de alto rendimiento. El taekwondo, la esgrima, el waterpolo, el esquí acuático, el tiro con arco y la lucha, a través de sus protagonistas”, <http://conectate.gov.ar/educar-portal-video-web/module/detalleRecurso/DetalleRecurso.do?searchString=Alto+rendimiento&tipoEmisionId=3&tipoFuncionalId=11&idRecurso=100152>
- *Deporte argentino*. “Desarrolla la historia de diversos deportes, con reseñas de los hitos más importantes de cada una de ellas, sus orígenes, vínculos sociales y desarrollo histórico. Narra, además, historias de vida de jóvenes deportistas y atletas consagrados”. <http://conectate.gov.ar/educar-portal-video-web/module/detalleRecurso/DetalleRecurso.do?searchString=Deporte+argentino&tipoEmisionId=3&tipoFuncionalId=11&idRecurso=101980>

- Por clase, vamos realizando cada una de las propuestas de la serie de animaciones *Bienestar general*⁸ –desarrollada por el Portal Educ.ar–:
 - Ejercicios para el fortalecimiento de piernas, si tenemos la exigencia de permanecer sentados mucho tiempo: flexiones, cuarenta pasos –sobre talones, sobre puntas– para dar fuerza a pantorrillas y pies, y mejorar el equilibrio, flexiones para mejorar muslos.
 - Para brazos y pecho.
 - Para elongación en cuello, superando los músculos tensados y efectivizando una “descontractura” adecuada.
 - Para elongación en antebrazos y manos; movimiento de muñecas.
 - Para fortalecimiento de hombros.
 - Para movilidad articular y, así, propiciar la lubricación de sus articulaciones.
 - Para equilibrio y coordinación general.
- Discriminamos qué ejercicios corresponden a niños y cuáles están destinados a adultos.
- Compartimos el sentido de cada serie de ejercicios, dando significado fisiológico a su práctica y vinculándolo con normas para una vida saludable.
- Establecemos el compromiso de compartir con otros miembros de la familia lo que estamos aprendiendo. Generamos estrategias para comunicar las recomendaciones a distintas personas.



Unidad 3. Bailamos danzas populares

Objetivos: Los niños aprenden a:

- Reconocer distintas danzas populares argentinas: zamba, gato, cuarteto.
- Ajustar el movimiento del cuerpo a una coreografía y a la música.
- Desempeñarse en la puesta en escena de una danza.
- Introducir aportes expresivos a una coreografía pautada.
- Participar de encuentros sociales de la comunidad, bailando o presenciando bailes.

⁸ Cada micro de ejercicios –de duración de un minuto– está disponible en una página web distinta, por lo que para acceder a los videos resulta conveniente ingresar a la página www.conectate.gob.ar, marcar la opción “Especial” en el menú desplegable superior derecho y escribir “Bienestar general” en el recuadro de búsqueda. Así es posible visualizar los íconos de los dieciocho programas de ejercicios.

Actividades y contenidos:

- Observamos una serie de cortos que muestran personas bailando danzas populares: zamba, gato y cuarteto⁹. Las identificamos. Los profesores acercamos información acerca de los rasgos clave de esas danzas.
- Cada tres clases vamos tomando un ritmo y logrando competencia en los movimientos involucrados.
- Seleccionamos coreografías e intentamos replicarlas; repartimos responsabilidades de acción y de dirección.
- Analizamos los componentes corporales involucrados en los movimientos y para qué resultan útiles.
- Abrimos la posibilidad de que los niños introduzcan aportes expresivos personales a la maqueta de movimientos.

Unidad 4. Construimos habilidades acrobáticas

Objetivos: Los niños aprenden a:

- Reconocer los rasgos del acrosport.
- Ajustar el movimiento del cuerpo a requerimientos pautados por la figura acrobática.
- Superar el miedo que implica dejar la posición de seguridad vertical, tomando los recaudos necesarios para ir ganando en seguridad.
- Desempeñarse en la puesta en escena de figuras acrobático-coreográficas que implican una acción integrada con sus compañeros y confianza en el sostén de éstos.

Actividades y contenidos:

- Observamos un corto que muestra un desarrollo de acrosport escolar¹⁰.



⁹ Para el primer contacto de los niños con las danzas folklóricas, puede usarse el documental de presentación del Ballet Folklórico Nacional Argentino, disponible en: www.youtube.com/watch?v=4t57T8BleWw; en él se presenta una compilación de bailes argentinos tradicionales.

Un ejemplo muy claro de coreografía de zamba está disponible en: www.balletsalta.com.ar/video.htm a través de la pareja de Marina y Hugo Giménez del Ballet Salta.

La historia y la coreografía del cuarteto pueden encontrarse en una secuencia de ocho videos de Academia de Baile, el primero de los cuales está disponible en: www.youtube.com/watch?v=lg4ywEvUJfM

¹⁰ Por ejemplo la modelización en 3D disponible en: www.youtube.com/watch?v=ZJeXzJ352k

La imagen incluida en esta página está tomada de <http://acrosport.roudneff.com/articles.php?lng=fr&pg=81>

- En las distintas clases de la unidad vamos ejercitándonos en secuencias de ejercicios que van permitiendo lograr la construcción de los desempeños acrobáticos: voltereta hacia adelante, voltereta doble, voltereta hacia atrás, pararse sobre las manos con ayuda del profesor y con apoyo de la espalda, rueda lateral y figuras que las combinen.
- Seleccionamos figuras de ascroport e intentamos replicarlas; repartimos responsabilidades de acción y de dirección.
- Analizamos los componentes corporales involucrados en las figuras acrobáticas y para qué resultan útiles.
- Abrimos la posibilidad de que los niños introduzcan aportes expresivos personales a las figuras.

Unidad 5. Nos capacitamos en supervivencia y campamento

Objetivos: Los niños aprenden a:

- Planificar tres días de campamento, tomando todas las previsiones necesarias.
- Prever todos los componentes de una caminata.
- Experimentar la vida de campamento y extraer conclusiones respecto de la experiencia vivida y del desempeño propio en ésta.

Actividades y contenidos:

- Los profesores presentamos el proyecto que vamos a concretar a fines de año.
- Experimentamos con una caminata larga durante las clases de *Educación Física* de la jornada extendida. Analizamos los recaudos a tomar –identificación del grupo, líderes cada cinco niños, comunicación con el profesor, señalizaciones con sonidos y con colores, código de convivencia...– y cómo concretarlos en un acuerdo escrito.
- Analizamos el plano del lugar donde vamos a acampar. Tomamos decisiones de actividades posibles a realizar en el predio. Repartimos responsabilidades.
- Realizamos ejercicios de orientación –simulando estar en un lugar poco conocido–, y de búsqueda y rastreo. Practicamos cómo resolver problemas que pueden presentarse en el campamento: Un compañero tiene fiebre, un compañero se pierde...
- Realizamos un plan de aprovisionamiento de alimentos, del botiquín de primeros auxilios y de ropa adecuada; planificamos el transporte.
- Prevemos un repertorio de actividades para días de lluvia.
- Desarrollamos el campamento. Evaluamos, colectivamente, la experiencia en general y la participación de cada miembro del grupo en particular.