



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

ANEXO - DOCUMENTO ORIENTADOR

ESPACIO CURRICULAR: EDUCACIÓN FÍSICA

CARACTERIZACIÓN DEL ESPACIO CURRICULAR: la Educación Física como disciplina pedagógica, tiene por objeto intervenir intencional y sistemáticamente en la constitución corporal y motriz de los sujetos, en sus procesos de formación y desarrollo integral considerándolos en la totalidad de su complejidad humana, en los contextos sociales y culturales de pertenencia. En ese sentido uno de sus propósitos será el de dar respuestas a las necesidades educativas de niños y jóvenes, referidas a las prácticas corporales y motrices, al derecho que les asiste de participar de una educación integral que desarrolle todas las dimensiones de la persona y de acceder a una formación corporal, motriz y deportiva que favorezca el desarrollo armónico de todos los estudiantes y su inserción activa en la sociedad. Asimismo, el espacio EDUCACIÓN FÍSICA, posee características que lo definen. Uno de ellos es que se construye con acciones netamente prácticas a su vez sustentadas del aporte teórico, basados en diferentes teorías y corrientes pedagógicas, biológicas, psicológicas, entre otras. En virtud de ello el espacio posee objetivos y metas que buscan alcanzar en sumativa, el bienestar Biopsicosocial de los estudiantes, a través de saberes, hechos, contenidos y realidades que se plantean desde el contexto social y escolar donde los estudiantes están insertos, atendiendo a cuestiones como la **inclusión y la diversidad**. Aquí planteamos una mirada más holística e integral de las trayectorias escolares de los estudiantes que **interpela las prácticas docentes y desafía a las instituciones educativas** a pensar y construir mejores condiciones para el aprendizaje y desarrollo de capacidades necesarias para actuar y llevar adelante su proyecto personal de vida. Sumados a la enseñanza que se orientará desde el enfoque en



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

capacidades entendidas estas como **“son una combinación de saberes, habilidades, valores y disposiciones, se alcanzan como resultado de tareas complejas en las que se ponen en juego tanto el “saber” cómo el “saber hacer”** (Ministerio de Educación de la Nación (2017), Organización de los Aprendizajes (MOA) para la Educación Obligatoria Argentina, Secundaria 2030, Resolución CFE N° 330, Anexo I. Buenos Aires).

También desde el espacio curricular promovemos la inclusión de todos los estudiantes, para ello se diseñarán acciones, ejercitaciones, metodologías para que los estudiantes incluidos puedan atravesar el espacio curricular incentivando los aspectos motrices, sociales y cognitivos. Aquí es importante pensar el rol del docente en la no presencialidad tanto del estudiante como del profesor.

Por lo tanto, debemos pensar al estudiante en el contexto actual en donde vamos a desarrollar la enseñanza, donde los docentes adquirimos un rol más preponderante y desafiante. Será el de tutor, la palabra tutor “hace referencia a la figura de quien ejerce protección, la tutela, de otra persona menor o necesitada”. En educación a distancia, su característica fundamental es la de fomentar el desarrollo del estudio independiente, **es un orientador del aprendizaje del alumno aislado, solitario y carente de la presencia del docente habitual**. Es aquí donde la figura del tutor cobra su mayor significado por cuanto se hace cargo de su asistencia y ayuda personal, a la vez que representa el nexo con la institución.

DISEÑO CURRICULAR: desde la mirada del DCP, la educación física se presenta como un espacio que promueve la cultura del movimiento en todas sus formas de expresión, dicho diseño se estructura en tres ejes. Atendiendo a esto debemos tener en cuenta que los saberes y contenidos incorporados por eje han sido seleccionados atendiendo al contexto de nuestra provincia y a los NAP, por lo tanto al momento de consultar, tener en cuenta la realidad desde donde vamos a planificar sin perder de vista el enfoque de enseñanza por capacidades. En este



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

Sentido se propone la lectura del documento, y seleccionar los saberes desde los tres ejes que él mismo propone, esto permitirá que los estudiantes incorporen aprendizajes desde las diferentes propuestas y con las adaptaciones que el caso actual requiere.

DISTRIBUCIÓN DE LOS ESTUDIANTES: es importante destacar que el espacio EDUCACIÓN FÍSICA se desarrolla por grupos de estudiantes, decidiendo que cada primer año trabaje en conjunto y desde el segundo año puedan los estudiantes optar por un grupo determinado por la institución con una oferta diseñada (la misma dependerá de decisiones que la institución junto al Depto. de Educación Física tomé). Sin embargo y dada la importancia de que los estudiantes atraviesen el espacio curricular, se deberán pensar en actividades, metodologías, y procesos de evaluación, centradas de manera particular, puesto que los estudiantes las desarrollaran en su hogar.

SOBRE LAS CAPACIDADES: el enfoque de enseñanza por capacidades permite incorporar desde las capacidades generales planteadas en Módulo de Organización de los aprendizajes, capacidades específicas a desarrollar en determinado tiempo, por lo tanto, es muy importante la lectura de las misma y la consiguiente redacción de la misma.

Asimismo, pensar las capacidades específicas permitirá que el estudiante vincule el espacio Educación Física, con los demás espacios puesto que el conjunto de espacios curriculares desarrollará este enfoque con la premisa de promulgar dichas capacidades generales.

Selección de capacidades generales: luego de la lectura de la propuesta de capacidades generales, veremos que se presentan como una oportunidad de proveer a los estudiantes de herramientas para el desarrollo de su vida en sociedad, y que dichas herramientas le permitan resolver situaciones de vida, ya sean sociales, académicas y otras.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

Selección y redacción de capacidades específicas: aquí partimos de pensar que una capacidad específica hace referencia a “aquellas que son propias de la orientación o especialidad y que, combinadas con las competencias digitales, permitan potenciar en el alumno, aquellos saberes, habilidades, destrezas, valores y desempeños que respondan a los desafíos planteados en entornos concretos”. Entonces desde las capacidades vamos a pensar las específicas a desarrollar en la clase.

¿Cómo redactar una capacidad específica?: para redactarla vamos a tener en cuenta tres componentes:

VERBO QUE REMITE A UN PROCESO COGNITIVO/SOCIOAFECTIVO EN PROGRESO	CONTENIDO/SABER	CONDICIÓN
---	-----------------	-----------

Ejemplo: Analizar los componentes corporales y motrices en diferentes niveles de complejidad, para diseñar otros con creatividad, expresión y aceptación, en contextos libres de estereotipos.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

SUGERENCIAS PARA LA PLANIFICACIÓN DE LAS CLASES

Dada la premura con que las cosas ocurren y ante la necesidad de dar continuidad a la formación de los estudiantes, les sugerimos lo siguiente:

1. **Ser empático**, que no sea una carga más, ya que no están acostumbrados a este formato de trabajo, no cargar de actividades, porque los padres se saturan de labores para todos los espacios curriculares. Contemplar el tiempo de clase que tenemos por semana.
2. **Ser proactivo**, muéstrate cercano, ofrecer nuestra ayuda, mostrándonos cercanos, facilitadores, al servicio de la familia y del alumno.
3. **Facilitar recursos posibles y viables**, no saturar, seleccionar por calidad, no por cantidad. Hay muchos recursos digitales, pero debemos observar y seleccionar que hacer y dosificar.
4. **Todos somos un equipo**, somos aliados de la familia, no es una carga este trabajo para nosotros, es nuestro deber. Somos un equipo con un mismo propósito.
5. Los alumnos son los más importantes, a ellos nos debemos, para ellos trabajamos, es nuestra clase alternativa.
6. Enfocar esta producción como nueva oportunidad profesional, como una experiencia positiva desde nuestro rol docente, esmerarse para que el trabajo, nuestra propuesta, nuestra clase sea la mejor.
7. **Transmitir y contagiar a cerca de la importancia de la educación física y el movimiento**, para que lo virtual sea la comunicación o contacto, y las prácticas de actividades y movimientos sean el centro de la clase. Procurar que el alumno no esté tanto tiempo frente a los medios digitales.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

8. **No todos los medios son eficaces**, hay que testarlos, los videos tutoriales son muy productivos, pero hay que analizarlos previamente, sobre todo la pertinencia, ya que el objetivo es producir movimiento, y sacar al alumno del estado sedentario y pasivo que la misma situación actual produce.

9. **Recordar la amplitud y las posibilidades que brinda la educación física**: juegos recreativos, actividades gimnásticas, vida en la naturaleza, expresión, relajación, actividad de cierre, etc.

ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

Partimos de pensar que las estrategias de enseñanza y aprendizaje son el conjunto de actividades (acciones y operaciones) que permiten la realización de una tarea con la calidad requerida debido a la flexibilidad y adaptabilidad a las condiciones existentes. Las estrategias son el sistema de acciones y operaciones, tanto físicas como mentales, que facilitan la confrontación (interactividad) del sujeto que aprende con objeto de conocimiento, y la relación de ayuda y cooperación con otros colegas durante el proceso de aprendizaje (interacción) para realizar una tarea con la calidad requerida.

Aquí les proponemos una clasificación para entender la intención de las estrategias a seleccionar:

Tipos de estrategias Con base en el contexto que se nos presenta, se realizó una consulta a varios autores entre los cuales están Pérez I Garcias A. (2001), Bustillos G. y Vargas L. (1988) y Mestre U, Fonseca J. y Valdés R. (2007) obteniendo la siguiente clasificación de estrategias:



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

a. Estrategias centradas en la individualización de la enseñanza

- Recuperación de información y recursos a través de la Internet
- Trabajo individual con materiales interactivos (creación de viñetas, infografías, plantillas, entre otros)
- Técnicas centradas en el pensamiento crítico o en la creatividad

b. Estrategias para la enseñanza en grupo, centradas en la presentación de información y la colaboración

- Exposición didáctica
- Preguntas al grupo
- Tablón de anuncios
- Exposiciones.

c. Estrategias centradas en el trabajo colaborativo

- Lluvia de ideas
- Rueda de ideas
- Votación
- Debate
- Grupos de investigación
- Juegos de rol, estudio de casos y trabajo por proyectos.



PROPUESTA PARA EL CICLO BASICO

CAPACIDADES GENERALES	CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO N°1	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
			1°	2°	3°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
COMUNICACIÓN PENSAMIENTO CRITICO APRENDER A APRENDER TRABAJAR CON OTROS COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD	<p>Identificar las herramientas necesarias para el desarrollo una vida saludable y disfrute de actividades, lúdicas-deportivas y expresivas.</p> <p>Diseñar y ejecutar rutinas vinculadas a la motricidad, al cuidado del cuerpo y a los hábitos saludables.</p>	PRÁCTICAS CORPORALES MOTRICES Y LUDOMOTRICES REFERIDAS A LAS DISPONIBILIDADES DE SÍ MISMO	<p>Ejecución de prácticas corporales y motrices en forma saludable. Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices. Exploración y ejecución de prácticas corporales y motrices desarrollando las capacidades condicionales (potencia aeróbica – fuerza – flexibilidad) intermedias (velocidad).</p> <p>Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices.</p> <p>Exploración y aplicación de prácticas de habilidades motrices combinadas y específicas incluyendo la manipulación de objetos y promoviendo el desarrollo de capacidades coordinativas en diferentes contextos.</p>	<p>Identifica y expresa de manera, oral, escrita o a través de dispositivos las herramientas para el desarrollo de una vida saludable.</p> <p>Elabora documentos escritos y digitales.</p> <p>Desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices.</p> <p>Utiliza las tecnologías de la</p>	<p>El estudiante podrá elegir el formato de presentación. Desde allí de manera oral, escrita expresara cinco aportes sobre los saberes trabajados.</p> <p>En una plantilla de trabajo el estudiante elaborara un aporte identificando rutinas motrices.</p>	<p>Rubrica</p> <p>Registros anecdóticos</p> <p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>		



RESOLUCION DE PROBLEMAS	Construir procesos vinculados a las competencias digitales, incorporando los mismos a su formación académica.				Información y la comunicación en los procesos de aprendizaje. Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	El estudiante seleccionará una herramienta digital desde donde compartirá las actividades desarrolladas en su hogar.	
CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO N° 2	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
		1°	2°	3°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
Identificar y conocer sus posibilidades, debilidades y Fortalezas		La construcción y apropiación del sentido de colaboración, cooperación, inclusión y disfrute de las practicas ludo motrices gimnasticas y deportivas en grupo e individuales.			Identifica y reconoce debilidades y fortalezas en movimientos globales y segmentarios	En un circuito elaborado por el estudiante, ejecutar movimiento globales y segmentados,	Rubrica Registros anecdóticos



<p>vinculadas a la construcción movimientos globales y segmentarios.</p> <p>Distinguir, seleccionar y organizar información, lecturas y demás producciones.</p> <p>Asociar y organizar recursos motrices, lúdicos y recreativos.</p> <p>Trabajar con otros de forma organizada, respetando el criterio de sus compañeros y compartiendo otros</p>	<p>EN RELACIÓN CON LAS PRÁCTICAS CORPORALES LUDOMOTRICES EN INTERACCIÓN CON OTROS</p>	<p>La creación de series coreográficas fortaleciendo la libre expresión sin discriminación de géneros.</p> <p>La elaboración y obtención de diferentes formas de movimiento en bailes y danzas.</p> <p>Conocimiento y experimentación de actividades circenses y escénicas, murga y malabares.</p>	<p>Elabora documentos escritos y digitales.</p> <p>Desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices.</p> <p>Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje.</p> <p>Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p>	<p>presentado en el formato que elija (Word con imágenes, video, collage de fotos)</p> <p>Mediante un documento presentar el proceso investigado pudiendo elegir entre miembros superiores o inferiores</p> <p>Presentación de una plantilla de trabajo, el estudiante elaborara un aporte identificando rutinas motrices.</p>	<p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>
---	---	--	--	--	--



CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO N° 3	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
		1°	2°	3°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
<p>Escuchar, comprender y expresar hechos, opiniones e información vinculados al medio ambiente y las acciones que influyen en él.</p> <p>Investigar y establecer juicios críticos respecto del medio ambiente y su impacto en la salud.</p> <p>Conocer, seleccionar y discriminar</p>	<p>PRÁCTICAS CORPORALES MOTRICES, LUDO MOTRICES Y DEPORTIVAS EN EL AMBIENTE NATURAL Y OTROS</p>	<p>El adolescente y el vínculo con el medio ambiente, valoración, cuidado y protección.</p> <p>Recreación de prácticas corporales, motrices, lúdicas y deportivas respetando acuerdos, normas de interacción, seguridad e higiene adecuadas a cada contexto.</p> <p>Utilización segura de elementos, equipos y procedimientos adecuados para desenvolverse en ambientes naturales o poco habituales en: desplazamientos individuales y grupales en forma segura.</p>	<p>Desarrolla técnicas de investigación, selección y cotejo de información, mediante el acceso a distintas fuentes idóneas de información.</p> <p>Identifica y expresa de manera, oral, escrita o a través de dispositivos las herramientas para el desarrollo de una vida saludable.</p> <p>Elabora documentos escritos y digitales.</p> <p>Desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices.</p>	<p>El estudiante presentara un informe en el formato que elija, citando las fuentes.</p> <p>Mediante la presentación a través de fotos o video presentara acciones motrices y lúdicas en otros ambientes (espacio reducido, patio, cuarto, entre otros).</p> <p>En una plantilla de trabajo el estudiante elaborara un aporte</p>	<p>Rubrica</p> <p>Registros anecdóticos</p> <p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>		



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

<p>acciones motrices y lúdicas desarrolladas en ambientes naturales.</p> <p>Diseñar y delimitar acciones en otros espacios, desarrollando ejercitaciones y metodologías de trabajo</p>			<p>Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje.</p> <p>Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos.</p>	<p>identificando rutinas motrices.</p>	
--	--	--	---	--	--



PROPUESTA PARA EL CICLO ORIENTADO

CAPACIDADES GENERALES	CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO N° 1	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
			4°	5°	6°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
COMUNICACIÓN PENSAMIENTO CRITICO APRENDER A APRENDER TRABAJAR CON OTROS COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD RESOLUCION DE PROBLEMAS	<p>Distinguir e incorporar las herramientas necesarias para el desarrollo una vida saludable y disfrute de actividades, lúdicas-deportivas y expresivas.</p> <p>Investigar, Diseñar y ejecutar rutinas con mayor grado de dificultad, vinculadas a la motricidad, al cuidado del cuerpo y a los hábitos saludables.</p>	PRÁCTICAS CORPORALES MOTRICES Y LUDOMOTRICES REFERIDAS A LAS DISPONIBILIDADES DE SÍ MISMO	<p>Ejecución de prácticas corporales y motrices en forma saludable. Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices.</p> <p>Exploración y ejecución de prácticas corporales y motrices desarrollando las capacidades condicionales (potencia aeróbica – fuerza – flexibilidad) intermedias (velocidad).</p> <p>Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices</p> <p>Exploración y aplicación de prácticas de habilidades motrices combinadas y específicas incluyendo la manipulación de objetos y promoviendo el desarrollo de capacidades coordinativas en diferentes contextos.</p>	<p>Incorpora con claridad de entendimiento herramientas para el desarrollo de una vida saludable.</p> <p>Elabora documentos escritos y digitales.</p> <p>Desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices de mayor complejidad, distinguiendo: intensidad, tiempo, peso, distancias.</p>	<p>El estudiante elaborara Producciones con las herramientas seleccionadas de manera ordenada por orden de complejidad. Podrá elegir en que formato.</p> <p>En una plantilla de trabajo el estudiante elaborara un aporte identificando rutinas motrices con variaciones de tiempo, intensidad</p> <p>El estudiante</p>	<p>Rubrica</p> <p>Registros anecdóticos</p> <p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>		



	Construir y compartir procesos vinculados a las competencias digitales, incorporando los mismos a su formación académica.				Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje. Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.	seleccionará una herramienta digital desde donde compartirá las actividades desarrolladas en su hogar.		
CAPACIDADES GENERALES	CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO 2	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
			4°	5°	6°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
COMUNICACIÓN PENSAMIENTO CRITICO APRENDER A APRENDER	Reconocer y valorar sus posibilidades, debilidades y fortalezas vinculadas a la construcción movimientos globales y segmentarios.	EN RELACIÓN CON LAS PRÁCTICAS CORPORALES LUDOMOTRICES EN	Ejecución de prácticas corporales y motrices en forma saludable. Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices. Exploración y ejecución de prácticas corporales y motrices desarrollando las capacidades condicionales (potencia aeróbica – fuerza – flexibilidad) intermedias (velocidad). Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y			Reconoce y valora sus debilidades y fortalezas vinculadas a los movimientos y su impacto en la salud. Elabora documentos escritos y digitales.	El estudiante podrá elegir el formato de presentación. Desde allí de manera oral, escrita expresara cinco aportes sobre los saberes trabajados, tomando como eje la salud.	Rubrica Registros anecdóticos



<p>TRABAJAR CON OTROS</p> <p>COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD</p> <p>RESOLUCION DE PROBLEMAS</p>	<p>Investigar, seleccionar y organizar información, lecturas y demás producciones.</p> <p>Buscar, Asociar y organizar recursos motrices, lúdicos y recreativos.</p> <p>Trabajar con otros de forma organizada, respetando el criterio de sus compañeros y compartiendo otros</p>	<p>INTERACCIÓN CON OTROS</p>	<p>limitaciones corporales y motrices.</p> <p>Exploración y aplicación de prácticas de habilidades motrices combinadas y específicas incluyendo la manipulación de objetos y promoviendo el desarrollo de capacidades coordinativas en diferentes contextos.</p>	<p>Crea y desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices.</p> <p>Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de aprendizaje.</p> <p>Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p>	<p>El estudiante elaborara un glosario, ordenado alfabéticamente identificando rutinas motrices.</p> <p>El estudiante seleccionará una herramienta digital desde donde compartirá las actividades desarrolladas en su hogar.</p>	<p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>
--	--	------------------------------	--	---	--	--



CAPACIDADES GENERALES	CAPACIDADES ESPECIFICAS	EJE TEMATICO N° 3	CONTENIDOS SELECCIONADOS POR AÑO DE ESTUDIO			EVALUACION		
			4°	5°	6°	CRITERIOS	INDICADORES	INSTRUMENTOS
COMUNICACIÓN PENSAMIENTO CRITICO APRENDER A APRENDER TRABAJAR CON OTROS COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD RESOLUCION DE PROBLEMAS	<p>Investigar, analizar y establecer opinión sobre hechos, opiniones e información vinculadas al medio ambiente y las acciones que influyen en él.</p> <p>Investigar y establecer juicios críticos respecto del medio ambiente y su impacto en la salud.</p> <p>Conocer, seleccionar y discriminar acciones motrices y lúdicas desarrolladas en ambientes naturales.</p>	PRÁCTICAS CORPORALES MOTRICES, LUDOMOTRICES Y DEPORTIVAS EN EL AMBIENTE NATURAL Y OTROS	<p>Ejecución de prácticas corporales y motrices en forma saludable. Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices.</p> <p>Exploración y ejecución de prácticas corporales y motrices desarrollando las capacidades condicionales (potencia aeróbica – fuerza – flexibilidad) intermedias (velocidad).</p> <p>Descubrimiento de sus capacidades, posibilidades y limitaciones corporales y motrices.</p> <p>Exploración y aplicación de prácticas de habilidades motrices combinadas y específicas incluyendo la manipulación de objetos y promoviendo el desarrollo de capacidades coordinativas en diferentes contextos.</p>	<p>Produce posicionamiento crítico mediante procesos investigativos sobre la realidad actual.</p> <p>Elabora documentos escritos y digitales.</p> <p>Desarrolla propuestas de actividades corporales, motrices y ludomotrices evidenciando un mayor nivel de complejidad.</p> <p>Selecciona información relevante, elaborando y compartiendo documentos propios.</p>	<p>En una producción elegida el estudiante elaborara un aporte identificando rutinas motrices de mayor complejidad, en contextos abiertos y cerrados.</p> <p>El estudiante seleccionará una herramienta digital desde donde compartirá las actividades desarrolladas en su hogar.</p>	<p>Rubrica</p> <p>Registros anecdóticos</p> <p>Lista de cotejo</p> <p>Producciones digitales</p>		



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

ACTIVIDADES SUGERIDAS POR CICLO

I, II, III año del Ciclo Básico

- **Actividades relacionadas al desarrollo de las capacidades condicionantes** (ejercicios de fuerza, flexibilidad, velocidad y resistencia), mediante la elaboración de circuitos, e investigación de las mismas, teniendo en cuenta la presentación y explicación previa de dichas capacidades por parte del docente a través de documentos virtuales, observación de videos didácticos (sonido e imagen) por medio de la creación de GIF, observación de videos, lectura de textos digitales y no digitales.
- **Actividades relacionadas al desarrollo de las capacidades coordinativas** (ejercicios de equilibrio, destreza, agilidad, habilidad, ritmización), mediante la ejecución de movimientos con dichas características por parte del docente, presentando los mismos, por medio de armado de videos explicativos, audios orientativos, para que el alumno proceda a la investigación e interpretación de los mismos, mediante informes, afiches, observación y producción de videos coreográficos, producciones en Word y PDF.
- **Actividades relacionadas a la higiene personal antes, durante y después de la clase de educación física**, mediante la investigación relacionada a entornos saludables, a través de la elaboración de documentos orientativos por aporte del docente, presentados de manera virtual (por mail, WhatsApp, etc.), y el alumno utilizando lectura de textos, infografías, observación de videos y producciones en Word o PDF.



- **Elaboración de prácticas corporales en el ámbito no formal**, como el contexto domiciliario, con elementos convencionales y no convencionales, generando la elaboración de los mismos como ser botellas de plástico con arena (pesas), botellas pintadas (conos), platos de plástico (disco de lanzamiento), etc. Definición por parte del docente a modo de videos guías, del proceso de elaboración.
- **Actividades relacionadas al cuidado del medio ambiente y del contexto domiciliario**, teniendo en cuenta, recolección de basura, impacto ambiental de la contaminación, mediante lectura de textos virtuales, observación de videos, collage de fotos, informes en Word/PDF, cuestionario brindado por el docente
- **Actividades relacionadas a las prácticas gimnásticas básicas**, como ser apoyos, tipos de equilibrio, ejercicios contruidos, con elementos convencionales y no convencionales, con la participación de otra persona (miembro de la familia), generando así la inclusión de los mismos en dichas actividades, mediante la observación y posterior de videos de acuerdo a los parámetros coreográficos (tipos de pasos, enlaces, nivel de dificultad, conteos, etc.), brindados por el docente.
- **Ejecución de ejercicios relacionados a las capacidades físicas** (condicionantes y coordinativas), con miembros de la familia, en pareja, tríos, etc., a través de la presentación previa por parte del docente por medio de GIF, producción y reproducción de videos explicativos (visual y sonora) de los ejercicios a trabajar en cada clase, con la posterior observación y producción de ejercicios con una investigación e indagación por parte del alumno, a través de lecturas de textos virtuales, infografía.
- Investigación e interpretación en relación al cuidado del medio ambiente, mediante informes, afiches, cuadros, collage.
- Ejercicios que impliquen el descubrimiento de posibilidades y limitaciones, relacionados a la cantidad, tiempo de esfuerzo, tiempo de pausa e intensidad de los mismos, con elementos convencionales y no convencionales, utilizando la organización de circuito o postas de



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

ejercicios, mediante la presentación por parte del docente utilizando recursos de videos explicativos (visual y sonido), lectura de documentos, para la posterior elaboración de los ejercicios mediante la utilización de GIF, armado de videos,

- **Ejercicios de coordinación con el otro**, como ser lanzamientos de pelotas, imitación de movimientos (efecto espejo), por ejemplo; incentivando al grupo familiar a la práctica de los mismos, donde el docente brindará mediante videos explicativos la variedad de variantes, explicación por medio de audios, documentos de las técnicas originales propiamente dichas, para la posterior ejecución por parte del alumno de las actividades documentadas con GIF, e informes por medio de Word/PDF en base al aspecto teórico.

ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA CICLO ORIENTADO

IV, V, VI año de Ciclo Orientado

- **Actividades relacionadas al análisis del propio cuerpo, condición corporal, habilidad motriz y salud**, ejercicios que impliquen capacidades condicionantes (fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad) y coordinativas (equilibrio, agilidad, Habilidad, ritmización) con y sin elementos convencionales. Para ello el docente explicará tanto los ejercicios como el armado de los elementos no convencionales (botellitas con arena, conos caseros, etc.), mediante videos y audios explicativos, GIF, y documentos virtuales, para la posterior ejecución por parte del alumno respetando los mismos procesos tecnológicos.



- **Investigación referida al análisis del movimiento en determinados ejercicios que abarquen las capacidades físicas.** El docente presentará dicha temática mediante documentos virtuales, infografías y escuchas de audios, para que el alumno proceda a la lectura de dichos textos virtuales y produzca informes en word/PDF, afiches, collage, cuadros.
- **Actividades relacionadas a normas y reglas básicas (reglamento) de distintas disciplinas deportivas y gimnásticas, en base a la investigación e interpretación de las mismas.** El docente brindará documentos virtuales con dicha temática, al igual que enlaces de explicaciones en determinadas situaciones de juego mediante un sencillo cuestionario, el alumno procederá a leer los documentos y observar los videos explicativos, para luego realizar informes mediante producciones en Word/PDF.
- **Actividades relacionadas a la práctica de gestos deportivos, en relación al contexto actual, con elementos convencionales y no convencionales,** como ser lanzamientos en distintas posiciones hacia una marca u objeto o driles de coordinación simulando gestos técnicos de algún deporte, mediante la explicación visual y auditiva de manera virtual por parte del docente (videos explicativos, audios de WhatsApp) de distintos ejercicios combinados, para la posterior ejercitación y devolución de los mismos por parte del alumno, por medio de los mismos procesos tecnológicos.
- Actividades relacionadas al cuidado del medio ambiente y del contexto domiciliario, teniendo en cuenta, recolección de basura, impacto ambiental de la contaminación, mediante lectura de textos virtuales, observación de videos, collage de fotos, informes en Word/PDF y cuestionario brindado por el docente
- Actividades y ejercicios en el contexto domiciliario (patio) con elementos convencionales y no convencionales, elaborando juegos y circuitos. El docente presentará una serie de propuestas lúdicas mediante videos y audios explicativos (organización, elementos, participantes, roles, dinámica y demás), para luego la ejecución del alumno con sus pares y la devolución de la interpretación por medio de videos, GIF, audios.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

- Actividades relacionadas con la salud, mediante la investigación de normas de higiene personal, entorno saludable, a través de informes, cuadros, afiches, collage. El docente brindará documentos sugeridos, enlaces, documentales, para que el estudiante proceda a dicha producción y devolución por medio de informes en Word/ PDF, plantillas, collage de fotos.
- Actividades relacionadas con la producción de ejercicios coreográficos individuales y grupales por medio de soportes tecnológicos, como ser pasos básicos de ritmos, de actividades físicas relacionadas a los fitness. El docente mediante videos explicativos cortos, brindara pasos básicos, enlaces, música sugerida mediante audios, para que luego el alumno produzca cortas coreografías, individualice pasos básicos mediante el uso de GIF, para la posterior devolución por los mismos medios tecnológicos de comunicación, al docente.
- Actividades relacionadas al desarrollo de ejercicios que impliquen gestos/fundamentos deportivos con distintas variantes, como ser lanzamiento de una pelota a pie firme, respetando el gesto del lanzamiento de bala, luego arrodillado, en busca de altura, en busca de distancia, en busca de un objeto (deporte individual), como así también distintos driles de coordinación enlazando varios fundamentos técnicos. El docente procede a brindar mediante videos explicativos, enlaces de la web, audios de WhatsApp, determinados ejercicios (no más de 3 por encuentro virtual), determinando los pasos a respetar, (ejemplo, hándbol, fundamento de ritmo de 3 tiempos con variantes) para la posterior observación, ejecución, reproducción y devolución de dichas actividades por parte del alumno, mediante los mismos canales de comunicación virtual.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

EVALUACIÓN: RÚBRICA

Cuando vamos a diseñar una rúbrica debemos tener muy claro cuál es el criterio de evaluación que proponemos para los estudiantes. El mismo debe estar vinculado a la capacidad específica y a los saberes que enseñamos, es decir, que todo debe estar interrelacionado. Los criterios son como lentes a través de los cuales se miran las producciones y los desempeños de los estudiantes. Eso significa que deben ser claros, detallados y específicos para que permitan una comprensión y comunicación profunda. El diseño de rúbricas requiere esta clarificación previa ya que se trata, a través de las mismas, de ofrecer a los estudiantes un documento que describa con claridad los objetivos que tienen que alcanzar, las expectativas y los niveles de logro o capacidades. Las rúbricas han ido adquiriendo diferentes formatos: desde una lista de criterios y su escala de calidad o de frecuencia hasta la lista de criterios con la descripción de los niveles de calidad de los desempeños y las producciones.

MODELO DE RÚBRICA

Componente	Siempre	Casi siempre	En proceso
Criterios			
Establece pensamiento crítico asociados a las instancias de la clase y las consignas de las mismas.	Evidencia registro, cognitivo y práctico de lo que sucede en la clase. Demostrando interés por resolver las situaciones y propuestas que se le plantean.	Evidencia de manera parcial el registro cognitivo y práctico. Demuestra dificultades para resolver situaciones y propuestas que se le plantean.	Tiene dificultades para evidenciar registros cognitivos y prácticos. Se observan dificultades en la resolución de situaciones y propuestas planteadas.



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**

Desarrolla diversas exploraciones vinculando las capacidades físicas y condicionales.	Practica y ejecuta propuestas motrices y lúdicas, proponiendo otras, asociando las consignas brindadas.	Practica y ejecuta propuestas motrices y lúdicas de manera parcial, evidenciando algunas dificultades.	Demuestra dificultades en la práctica y ejecución de las propuestas motrices y lúdicas.
Modifica conductas motrices, seleccionando aquellas que les son más propias para la actividad que desea desarrollar.	Durante el desarrollo de las actividades evidencia calidad motriz, economía de esfuerzo y criterio adecuado de selecciones de tareas motrices	Durante el desarrollo de las actividades evidencia de manera parcial calidad motriz, economía de esfuerzo y criterios de selección. Aún necesita corregir ejercicios.	Durante el desarrollo de las actividades, presente dificultades en la demostración de calidad motriz, economía de esfuerzo y criterios de selección.



EVALUACIÓN: LISTAS DE COTEJO

Es un instrumento estructurado que registra la ausencia o presencia de un determinado rasgo, conducta o secuencia de acciones. A grandes rasgos permite realizar una comparación entre las capacidades (u objetivos planteados), y los aprendizajes o las tareas obtenidas. Se trata de una técnica muy sencilla y útil para analizar, en distintos niveles, los alcances de una habilidad o de un procedimiento determinado.

MODELO DE LISTA DE COTEJO

INDICADOR	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	A VECES	CASI NUNCA	NUNCA
El estudiante accedió a las propuestas brindadas					
Participa y devuelve las actividades propuestas					
Evidencia pensamiento y posicionamiento crítico respecto de las tareas					
Describe y propone actividades y variantes a las acciones propuestas					
Valora las propuestas respetando las opiniones de los compañeros					
Propones actividades y recursos creativos					



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CATAMARCA

DIRECCIÓN DE
**EDUCACIÓN FÍSICA, SALUD,
DEPORTE Y RECREACIÓN**