**LA SUPERVISIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDAD INICIAL Y ESCOLAR**

**NIVELES DE CONCRECIÓN CURRICULAR**

1er. Nivel- Diseño Curricular de Base- Elaborado por las autoridades educativas. En él se recogen objetivos, contenidos, orientaciones metodológicas y de evaluación en el área de educación física con carácter muy general y abarcando grandes etapas educativas: infantil, primaria, etc

.  
2do. Nivel- Proyecto Curricular de Centro Educativo. Elaborado por el equipo docente de cada centro. En el área de educación física se define la secuenciación de objetivos y contenidos por ciclos y se contextualiza con más detalles las orientaciones metodológicas y de evaluación.

3er. Nivel- Programaciones Curriculares de aula- Elaborado por el profesor de Educación Física, formadas por una secuencia de contenidos específicos y unidades didácticas.

Previo a la elaboración del Currículo de Educación Física, se deberá realizar el diagnóstico inicial o la evaluación diagnóstica en cada centro de enseñanza. El mismo se estructurará en base a las Dimensiones: a) situacional y comunitaria  
b) organizacional: administrativa y pedagógica-didáctica.

**Propuesta de evaluación diagnóstica**

1- Diagnóstico situacional y comunitario- Se refiere a la situación geográfica, las organizaciones presentes en la comunidad y las relaciones de las mismas con el Centro Educativo.  
2- Diagnóstico de la dimensión organizacional- Se refiere a los aspectos estructurales que dan un estilo de funcionamiento del Centro Educativo:  
a) Administración del tiempo: horario de entrada y salida, turnos, tiempos de clase, recreos, tiempos de clase de Educación Física.  
b) Distribución de tareas: organigrama, nombre de todo el personal, horario de los funcionarios, estilos de comunicación formal (carteleras, cuadernos) e informal (quienes comunican, quién, como y cuando)  
c) Distribución de espacios y material didáctico- Las características, espacios para la práctica, espacios libres o patios, cantidad de salones, inventario del material didáctico para Educación Física, materiales reciclables.  
d) Dimensión administrativa- Se refiere a los aspectos administrativos, a la gestión de la dirección, administración de recursos humanos, espacios de comunicación interna entre los docentes del centro. Registro de asistencia, cuaderno de novedades, cuaderno diario, etc.

e) Dimensión pedagógica-didáctica- Se refiere a los aspectos que afectan los espacios de enseñanza aprendizaje. El currículo prescripto y real, el contrato pedagógico-didáctico entre docentes y entre docentes y alumnos.  
1- El cuerpo docente: antigüedad de la Directora, maestras de la institución. Relación del Proyecto de aula con el proyecto Institucional.  
2- Los niños: características sociales de los alumnos  
-ficha personal de los alumnos, historia escolar y de vida  
-experiencias previas en EF y en actividades extracurriculares  
-nivel socio-económico familiar

-modalidad de aprendizaje detectado por las maestras y forma de vincularse con los niños con el saber

-número de alumnos por sexo y edades respectivas  
-número de alumnos repetidores y sus causas, extra edad  
  
**OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL-** María Gonzáles y Beatriz Rada  
  
\*Satisfacer las ansias y necesidades de movimiento, partiendo de la convicción de que esto implica para el niño la posibilidad de crecer, madurar y vincularse con el mundo.  
\*Acrecentar y mantener el estado de buena salud.  
\*Detectar carencias que puedan interferir en el desarrollo normal, tanto desde el punto de vista anátomo-funcional y perceptivo-motriz, como desde el afectivo-social.  
\*Promover actividades que se desarrollen en contacto directo con la naturaleza.  
\*Favorecer la integración de hábitos, destreza y habilidades.  
\*Acrecentar la capacidad de acción física que favorezca la resolución de situaciones cotidianas.  
\*Lograr la integración y la independencia en la vivencia y práctica del movimiento natural o estructurado, del juego, del deporte, de las actividades en la naturaleza y de las distintas formas del movimiento expresivo y de la danza, a través de un adecuado proceso de socialización.

\*Favorecer la construcción de la identidad personal a partir del cuerpo y sus producciones.  
\*Desarrollar la capacidad de evaluación y de valoración de sí mismo y de los demás como bases ciertas para consolidar una sana autoestima.  
\*Afianzar el control emocional promoviendo conductas de reflexión, respeto, responsabilidad, solidaridad, buen humor e integridad.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS-**

Son aquellos prioritarios de la Educación Física.

Entre ellos tenemos: formación corporal y educación del movimiento.  
Formación corporal- Se procura alcanzar y asegurar por medio de la actividad física el desarrollo normal del alumnos en relación a sus capacidades coordinales como la fuerza, elasticidad, movilidad articular, resistencia cardio-respiratoria y muscular.  
Educación del Movimiento- Significa incrementar y desarrollar las capacidades coordinativas, perfeccionando sus programas de movimiento y enriqueciendo sus vivencias a través de experiencias motrices. O sea de: ritmización, de diferenciación, de cambio, de acoplamiento, de reacción, de equilibrio y de orientación. En este sentido la educación del movimiento tiene directa relación con el aprendizaje del movimiento, uno de los aspectos primordiales de la Educación Física.  
  
Este aprendizaje (desde lo natural a lo sofisticado) se basa en lograr afirmar, perfeccionar, automatizar, aplicar a diferentes situaciones y tener en disponibilidad variadas coordinaciones motrices.  
Describiremos éstas capacidades teniendo en cuenta que en la casi totalidad de los movimientos están presentes varias de ellas.  
1- Capacidad de acoplamiento- Es la capacidad de coordinar movimientos de diferentes partes del cuerpo que se realizan simultáneamente o sucesivamente, pueden existir acoplamientos cruzados, simétricos, sincrónicos, etc (ej. un lanzamiento, se mueve tronco, cabeza, brazos, piernas)  
2- Capacidad de orientación- Es la capacidad de determinar y cambiar la posición y el movimiento del cuerpo en relación a un territorio o un objeto móvil, tiene mucha importancia en la anticipación del movimiento (ubicarse correctamente a buscar una pelota)  
3- Capacidad de diferenciación- Es la capacidad para lograr una gran exactitud y economía en el movimiento (ej. una destreza, son los movimientos justos, flexibles, etc)  
4- Capacidad de equilibrio- Es la capacidad de mantener todo el cuerpo en equilibrio estáticamente o mantener o recuperar ese estado en movimiento dinámicamente.  
5- Capacidad de reacción- Es la capacidad para efectuar movimientos rápidos respondiendo a un estímulo o señal, debiendo ser ésta respuesta adecuada en velocidad y recorrido.  
6- Capacidad de cambio- También llamada readaptación. Es la capacidad de adaptarse a cambios de situación en un mismo programa. Esta capacidad se basa no solo en los conocimientos de variados programas motrices (habilidades motrices) sino también en la capacidad de decodificación de señales y en la utilización eficaz de la “inteligencia motora”, para aplicarlo en el momento más adecuado. Se usa especialmente en deportes de equipo.  
7- Capacidad rítmica- Es la capacidad de comprender y registrar los cambios dinámicos característicos de una secuencia de movimientos para llevarlos a cabo durante su ejecución motriz (acentos, pulsos, aceleración) que caracterizan un deporte afinado.

**Capacidades coordinativas y condicionales**

Todos los movimientos para poder ser realizados requieren la base funcional de las capacidades condicionales (si no hay suficiente fuerza, flexibilidad, no puede un flick flack correctamente) que se acople adecuadamente, ritmice satisfactoriamente, se tenga el equilibro necesario y el movimiento se diferencie correctamente.  
Las capacidades condicionales sirven de soporte, de apoyo imprescindible para el objetivo de la educación del movimiento.  
Ambos objetos (educación del movimiento y formación corporal) deben desarrollarse en forma armónica y simultáneamente.  
Las capacidades se desarrollan a través de diferentes fases del aprendizaje motor desde que se nace hasta los movimientos máximos del deporte de competencia. Permite ser el vínculo de alcanzar los más altos niveles de rendimiento así como el desarrollo de la creatividad individual y colectiva y la expresión de la sensibilidad e inteligencia humana.

**PLANIFICACIÓN-**  
  
Es una de las tareas centrales del docente de EF la cual le permite organizar su labor.  
1- Asegura un ordenamiento adecuado de los procesos de enseñanza evitando la repetición innecesaria.

2- Evita la rutinización de las practicas. Cuando se planifica el docente recurre con frecuencia a formas organizadoras, ejercitaciones, progresiones, proyectos.  
3- Se puede ir evaluando el proceso de enseñanza de acuerdo a las metas previstas y acordadas.

El plan es una orientación para la acción, la indicación de un camino a recorrer sujeto a una serie de factores, los que durante el proceso a desarrollar, pueden probablemente cambiar.  
-Planificar es prever en forma general las acciones a cumplir, colocándolas en una secuencia y anticipando los tiempos aproximados en que se van a realizar.  
El plan anual debe convertirse en una guía diaria de la acción. Debe ser de un lenguaje sencillo y sintético donde deben estar presentes los objetivos, contenidos y también eventos ordinarios y extraordinarios, así como los momentos de evaluación y calificación.

La planificación será abierta y flexible. Debe ser un instrumento ágil y de fácil consulta. Tanto docentes como equipo directivo y supervisor deben poder acceder a la planificación

Para poder planificar debe tenerse en cuenta: los objetivos, el programa de EF, el proyecto de centro, edades, experiencia anterior, contenidos, (formación corporal-educación del movimiento)

Según César Coll la planificación curricular debe tener en cuenta los contenidos programáticos.  
Se denomina contenidos programáticos a todo aquello que el alumno incorpora por medio de actividades de aprendizaje y se refiere a conocimientos, ideales, actitudes, habilidades y capacidades, consideradas necesarias para desenvolverse en el medio que les toca vivir. En el ámbito de la educación se consideran 3 contenidos:

-Contenidos conceptuales- hacen referencia a hechos, conceptos, sistemas conceptuales propios de diferentes áreas del conocimiento (campeonato mundial, sistema cardiovascular, etc.)

-Contenidos procedimentales- son el conjunto de acciones ordenadas y dirigidas a la consecución del objetivo. Incluyen reglas, habilidades, capacidades y estrategias.  
-Contenidos actitudinales- podemos agruparlos en valores, actitudes y normas.  
En EF los contenidos conceptuales y actitudinales son el soporte de los procedimentales.  
En el área de la educación física los ejes vertebrales son los contenidos procedimentales.  
Los mismos se ajustarán a cada ciclo de acuerdo a los niveles de maduración y a la evolución de los aprendizajes. De modo que en algunos procesos se realizarán en forma cíclica, mientras que en otros lo harán en forma progresiva, regresiva, según:  
-la naturaleza de los mismos

-la evolución del alumnado

-las estrategias del planteo docente

-de acuerdo al proceso de enseñanza aprendizaje

La distribución deberá ser fundamentada en la fuente del currículo y especialmente en una estructura del ámbito motor, como ser: se comenzará con las habilidades motrices básicas para luego continuar con las habilidades motrices específicas, y a su vez el conocimiento del cuerpo tendrá mayor peso relativo en las primeras edades de la etapa escolar.  
Los contenidos conceptuales van asociados a sus correspondientes del ámbito procedimental de cada bloque.  
Los contenidos actitudinales dependerán de: la forma que se producen, a las variables no previstas y por presentarse de manera cíclica (o sea a lo largo de los ciclos) ya que atraviesan de uno a otro y están presentes en toda actividad.  
  
Ejemplo de planificación.

UNIDADES DIDÁCTICAS-

La forma más usual para concretar una planificación, es la de disponer los contenidos a enseñar mediante unidades didácticas.  
La unidad didáctica constituye el diseño y desarrollo del tercer nivel de concreción del currículo, como paso previo a la práctica docente en la clase. Se llama unidad porque representa un proceso completo de enseñanza y aprendizaje. En consecuencia contendrá unos objetivos, actitudes detalladas y actividades de evaluación. A su vez se le denomina didáctica por ser la unidad elemental de programación de la acción pedagógica.  
Estas unidades se pueden colocar sucesivamente, o simultaneizarlas, coincidiendo en los tiempos dos o más unidades o partes de ellas. En el primer caso se privilegia las enseñanzas más concentradas y profundas, en el segundo, se da importancia a un planteo equilibrado entre las capacidades a desarrollar (formación corporal y aprendizaje de movimiento, juegos y deportes)  
Existe la tendencia muy arraigada de incorporar toda la planificación en una sola hoja (“la sábana”) donde se ubican con detalles cada una de las unidades didácticas, con el resultado factible de que su lectura sea sumamente confusa.  
Otra posibilidad se refiere a desglosar la planificación. En un primer documento sólo se colocarían todas las unidades didácticas en el desarrollo temporal, indicándose en forma resumida las fechas, los contenidos a abarcar y algún objetivo previsto

Dentro de la planificación también se debe tener en cuenta las “formas organizativas” sobre: disposición de alumnos, material, ejercitación, comunicación, etc.  
Las formas organizativas más comunes son:

-masiva- todos realizan simultáneamente la misma actividad (paro de manos aunque todos sean diferentes)

-individual- en determinado momento los alumnos realizan diferentes actividades de acuerdo a su gusto (entrada en calor libremente)  
-recorrido- sucesión de actividades a realizarse en diferentes lugares que los alumnos van recorriendo (circuito). Se debe tener en cuenta: que las ejercitaciones tengan debida alternancia, que la realicen todos al mismo tiempo para evitar aglomeraciones, tener mucha seguridad para evitar accidentes.  
-estaciones- en determinados lugares se establecen una serie de ejercicios y luego de un tiempo cambian.

-por niveles- de acuerdo a un rendimiento homogéneo. Como no todos tienen el mismo tiempo de aprendizaje se deben volver a realizar los grupos.  
-trabajo en grupos- la tarea es en colaboración, tríos, dúos.  
Generalmente se combinan formas organizativas de acuerdo a las necesidades del proceso de enseñanza.

Materiales- Se refiere no solo a materiales (pelotas, redes, colchonetas) sino también material escrito (apuntes, fichas, carteleras) equipo de sonido y proyección.  
  
**MÉTODOS DIDÁCTICOS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA**

Método en sentido etimológico quiere decir “camino que se recorre”.  
¿Por qué delimitar el camino? Para alcanzar los diferentes aprendizajes de mejor forma, más efectiva y atendiendo a criterios pedagógicos más racionales.  
Para clasificar los métodos se tienen en cuenta los criterios que se refieren al abordaje de los procesos enseñanza-aprendizaje y son:  
-Por la presentación- aquí se clasifica la forma de alcanzar el objetivo. El objetivo se puede alcanzar mediante pasos, donde se va aprehendiendo paulatinamente eliminando partes inadecuadas. Método indirecto- (progresiones) o si no es en un solo intento, se le plantea y se invita a conseguirlo. Método directo- (patean una pelota)  
-Por la aprehensión- Se clasifica de acuerdo a como el alumno recibe el estímulo didáctico y los objetivos a aprender. Método deductivo- Las actividades son presentadas ya logradas y el alumno debe imitar (demostración) Método inductivo- El alumno alcanza el objetivo mediante la búsqueda activa, reflexionando y decidiendo (tareas de movimiento, quién es capaz de....)  
-Por el contenido- Es clasificar los métodos según cuales serán los aspectos del movimiento a enseñar. Método analítico- Enseñamos un aspecto parcial del movimiento. Es cuando relacionamos la enseñanza con un detalle motriz. Método global- Se dirige nuestro proceso de enseñanza-aprendizaje a aspectos generales a un todo. Estos métodos generalmente no se aplican en forma aislada sino que se van combinando.

**TÉCNICAS METODOLÓGICAS-**

Se puede definir como la manera racional de conducir prácticamente una o más fases del aprendizaje. Se combinan entre sí de acuerdo al momento que se trate, las características del movimiento a enseñar, los objetivos, los niveles alcanzados, etc.  
De las combinaciones más acertadas de las técnicas surgirá la didáctica que el profesor puede y debe construir, la más apropiada y operativa dentro de las realidades concretas donde le toque actuar.  
  
Técnicas visuales Demostración Técnicas auditivas Descripción

Mostración Explicación

Técnicas táctiles Ayuda manual Indicación

Ayuda técnica Ayuda rítmica

**Demostración-** Esta técnica es básica para conformar la llamada “imagen motriz” que es la representación mental del movimiento y que es precursora del movimiento en sí. Es importante en la calidad del modelo a “copiar”, ahorrando largos rodeos al movimiento en cuestión y para perfeccionar pequeños detalles que pueden tener influencia determinante en el rendimiento. Pero esto debe estar: acorde a lo que el alumno puede entender, y debe ser enseñada en su totalidad para que sea real. Si la demostración es aplicada adecuadamente se ha de constituir en un recurso de 1ª línea y generalmente se combina con otras técnicas metodológicas.  
**Mostración**- En esta técnica el modelo no es el profesor, o el alumno, sino que se usan láminas, fotografías, diapositivas. Hay que tener en cuenta que deben estar: adecuados a la madurez del alumno y que el tiempo de mostración es importante.  
**La descripción**- Es la expresión “verbal” contada de un movimiento. Va muy asociada a la demostración y mostración. Es la técnica más utilizada. A tener en cuenta: las descripciones deben ser breves y adecuadas, el lenguaje debe ser adecuado a la madurez del niño y debe uno ser lo más gráfico posible intentando transmitir experiencias de nuestros alumnos, conceptos o movimientos.  
**La explicación-** Es la expresión verbal que intenta referirse a las causas de un movimiento en el intento de mejorarlo. Son los “por qué” de los movimientos. Hay que tener en cuenta: a) el nivel de comprensión del alumno, b) generalmente se usa cuando se superó el nivel de aprendizaje grosero del alumno, c) tiene máxima relevancia en el perfeccionamiento del movimiento, d) la observación de otros y propia y sobretodo el intercambio de opiniones sobre errores a corregir, f) el compartir con compañeros de equipo la explicación de la resolución táctica de diferentes situaciones de juego.

**La indicación**- Es la intervención breve y puntual del docente antes, durante y después del movimiento. Se dan generalmente: a) en lugares donde es muy difícil dar una larga explicación (piscina cerrada), b) sirve para acentuar un apoyo (ahora, ya!)  
**Ayuda rítmica-** Consiste en el acompañamiento acústico del movimiento en el aprendizaje, marcándose el compás y ritmo del mismo.  
La ayuda manual- Tiene un doble objetivo: a) facilitar el movimiento (ayudar a lograrlo), b) dar la seguridad necesaria de que se puede lograr el movimiento. Generalmente se usa en gimnasia, pero también en otras disciplinas, boxeo, piscina preescolares, etc.

**La ayuda técnica-** Se refiere a los implementos que se utilizan en los aprendizajes motrices: aparatos para mejorar en natación los estilos, mismo en gimnasia, colchonetas.  
 **CARACTERÍSTICAS DE LAS EDADES-**

Se pueden distinguir dos niveles para programar sistemáticamente los aprendizajes en educación física inicial y escolar:  
1er. Nivel- relacionado a las capacidades perceptivo-motrices de las personas, conocidas como potencialidades: condición física, aptitudes perceptivo-coordinadas.  
2º Nivel- en la adquisición de nuevos modelos de movimientos: aprendizajes de habilidades y destrezas motrices como el refinamiento del gesto, y adquisición de aprendizajes más elaborados y mejorando las capacidades físicas básicas: fuerza, resistencia, velocidad y flexibilidad.

En los primeros 7 años- el niño percibe las relaciones que se establecen en el espacio desde una perspectiva egocéntrica. Progresivamente, va asimilando relaciones de proximidad y separación, de orden y seriación, de inclusión, de continuidad, etc.

\*apreciar el espacio corporal

\*realizar localizaciones espaciales: reconocimiento del espacio en acción  
nociones de dentro-fuera, interior-exterior

nociones de delante-atrás

nociones arriba-abajo, encima-debajo

\*adquirir nociones de dispersión y agrupación

\*adquirir nociones de orden

\*adquirir nociones de proximidad-lejanía, junto-separado  
A partir de los 7 años- el niño requerirá un análisis de las propias percepciones. Podrá tomar puntos de referencia externos a sí mismo, lo cual facilitará la comprensión de las características espaciales.  
El niño debe: -consolidar las nociones adquiridas anteriormente  
-proyectar la lateralidad en el espacio  
-apreciar trayectorias, velocidades y aceleraciones  
-representar e interpretar gráficos en el espacio  
  
Fundamentación de la división en ciclos de aprendizaje-  
  
La escolaridad es obligatoria desde los 5 años. Sin embargo se ha entendido conveniente incluir el período de los 3 y 4 años, por cuanto muchos jardines lo contienen.  
Se ha optado por dividir este lapso en 4 ciclos de más de un año cada uno. Es decir un ciclo inicial que abarca de los 3 a los 5 años, un primer ciclo que comprende los 6 y 7 años, un 2º de los 8 y 9 años y finalmente un 3º que abarca los 10 y 12 años.

Esta división en ciclos en general tiene una concordancia con los grados establecidos en las escuelas públicas.

Los contenidos propuestos por lo tanto respetan esta división y serán coherentes con esta estructuración en períodos, que se fundamentan principalmente por:  
\*los procesos de aprendizaje en la educación primaria exigen períodos más amplios que un año para su correcta asimilación por parte de los alumnos  
\*las características evolutivas consideradas en los ciclos como los propuestos, permite un planteo homogéneo en todos los aspectos, atendiendo a los intereses y capacidades de las edades en cuestión  
El ciclo inicial (3-5 años)- el comienzo del período se caracteriza por los bajos niveles de atención y concentración que se traducen en cambios frecuentes en la actividad lúdica y las rápidas variaciones de intereses disminuyen progresivamente en comparación del período anterior. Posteriormente los niños en su desarrollo, van adquiriendo mayor concentración porque se pueden dedicar cada vez más a un determinado juego, haciéndolo seriamente y con disposición hacia la actividad, sin resignarse tan rápidamente si se presenta algún tipo de dificultad. Hay una gran necesidad lúdica, motora y de actividad. Esta fase se puede sintetizar como la del perfeccionamiento de las formas motoras variadas. Se expresa en un rápido aumento cuantitativo del rendimiento y un mejoramiento cualitativo evidente. El egocentrismo lleva preferentemente a actividades individuales.  
En el 1er. ciclo escolar (6 y 7 años) comienza la adquisición de las destrezas instrumentales básicas y su aplicación a la obtención de determinados conocimientos culturales. Se puede distinguir por el rápido progreso en la capacidad de aprendizaje motor. Comienza progresivamente una diferenciación de las formas motoras como resultado de la ejercitación de las mismas. La conducta motora está marcada aún por una gran vivacidad e inquietud, lo cual es la expresión de la intensa alegría y desinhibición en el movimiento. Participan en pequeños y grandes grupos.

El 2º ciclo de la escolaridad primaria (8 a 9 años) se caracteriza por el afianzamiento de las destrezas iniciadas en el anterior y la introducción de nuevas técnicas de trabajo que faciliten el acercamiento e interpretación del medio. Comienza a haber una mayor capacidad en los alumnos para interesarse por aspectos más detallados en la realidad, lo que permite una ampliación de los campos de conocimiento que se abordan. El trabajo cooperativo adquiere una mayor relevancia a la vez que el individual comienza a hacerse más autónomo. Los niños aprenden a dominar sus impulsos motores y a concentrarse en una actividad determinada volviéndose más consecuentes y equilibrados en la búsqueda del rendimiento. Participan en actividades de equipo.  
El último ciclo de la enseñanza primaria (10 a 12 años)- se destaca por el perfeccionamiento de las destrezas básicas y se emprenden tareas de mayor complejidad, que exigen la sistematización y el dominio de las técnicas de trabajo. Los intereses de los niños se amplían más allá de la realidad inmediata y desarrollan una curiosidad hacia otras realidades. Los alumnos de éste ciclo son suficientemente autónomos con respecto al profesor y capaces de considerar y adaptar distintos puntos de vista para realizar un trabajo de equipo. Se define como la fase de la mejor capacidad de aprendizaje motor durante la niñez, donde existe un gran deseo de aprendizaje por su audacia, actividad y aplicación, o sea por su gran disposición hacia el rendimiento. Hay una tendencia manifiesta hacia la actividad deportiva lo cual es uno de los aspectos de mayor interés. Se aprecia en ésta etapa un primer punto cumbre del desarrollo motor, caracterizada por la rápida comprensión y aprendizaje de movimientos nuevos.

Así mismo se destaca en éste período el desarrollo de la capacidad de análisis y de anticipación de cursos de acción, presente y futuro.

**CONTENIDOS-**  
  
Los contenidos a trabajar son: familias de movimiento, juegos, juegos deportivos, capacidades condicionales, actividades en la naturaleza, actividades de expresión por el ritmo y la danza.

**Familias de movimiento**- Se entiende como el conjunto de movimientos que comparten el mismo eje cinético (parte de un mismo programa de movimiento), son ellas: apoyar, balancearse, empujar, lanzar, locomoción, recibir, reptar, rodar, rolar, saltar, suspenderse, traccionar, transportar, trasladar, trepar, otras familias.  
Juegos- Es una acción o actividad voluntaria realizada en cierto límite fijo de tiempo y lugar, según una regla libremente consentida, pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí, acompañada de una sensación de tensión y júbilo, y de la conciencia de ser de otro modo que en la vida real (Huizinga)  
Se pueden distinguir:

-**juego libre**- actividades lúdicas espontáneas no sujetas a reglas, teniendo modificaciones constantes en su desarrollo, en base a los intereses del momento y de los estados de ánimo de sus participantes

-**juego simbólico-** son los juegos a través de los cuales se representan situaciones vividas y que fueron significativas

**-juego semi-reglado-** juego que contiene algún elemento que limite la acción del otro  
**-juegos reglados-** juegos que contienen reglas de algún o varios deportes  
-juegos predeportivos y deportivos

**-juegos cooperativos**- son aquellos que quitan la eliminación y rechazan la idea de dividir los jugadores en ganadores y perdedores

Los juegos deben ser el gran recurso para trabajar los contenidos del área y las capacidades de los niños. Por eso los juegos deben ser oportunos según estos criterios: 1- adecuados a la edad, 2- pertinente con el contenido a desarrollar o aprender, 3- bien estructurado en cuanto al espacio de organización, 4- buen control de la duración del juego, 5- correcta elección del material, 6- distribución de participantes adecuada y proporcional.

En consecuencia, una programación de juegos que se base en la atención a todos estos factores, es la base de una buena labor pedagógica, y por lo tanto educativa.  
Juegos deportivos- Se clasifican en: juegos deportivos individuales- son aquellos que los participantes individualmente tratan de conseguir su objetivo. Se pueden incluir aquí los juegos atléticos, gimnásticos o artísticos, natatorios, etc., juegos colectivos- abarca aquellos que participan por lo menos más de dos jugadores en un mismo equipo. Se los diferencia por la problemática del juego, los aspectos y principios tácticos que predominan, así como sus características e intenciones básicas.  
Nuestro objetivo en las edades tempranas, es el desarrollo de la persona y sus potencialidades, a través de su propia acción motriz y en este caso mediante la practica deportiva. El deporte genera un contexto beneficioso donde se pueden poner en juego todos los valores intrínsecos y extrínsecos para que a través de él mejoren las conductas motoras y también las conductas sociales, cognitivas y afectivas. El deporte colectivo puede implicar una acción educativa, siempre que posibilite una participación equilibrada de todas las dimensiones de la persona humana.

**Actividad en la naturaleza-**

Se consideran aquí todas las actividades que se desarrollen en y por las características del medio natural. Que contribuyan al conocimiento, utilización, cuidado y preservación de ese medio y favorezcan al estímulo de las funciones indispensables para el crecimiento y el desarrollo del niño. Caminatas, bicicleteadas, deporte de orientación, actividades campamentiles, etc. dependiendo de los lugares que uno tenga cercanos.  
Capacidades condicionales-

**Resistencia**- es la habilidad de posponer la aparición de la fatiga en una actividad física persistente desarrollada por movimientos generales del cuerpo.  
**Fuerza-** de la fuerza de sostén-desarrollo armónico de los músculos antigravitacionales.

R**esistencia muscular localizada**- es el desarrollo con relación a la cantidad de repeticiones que pueden hacerse de un movimiento durante un período de tiempo prolongado.

**Velocidad-** es la capacidad del cuerpo humano de realizar sucesivos movimientos del mismo tipo lo más rápidamente posible con la totalidad del cuerpo o parte del mismo.  
**Flexibilidad**- es la capacidad de estirar al máximo un músculo y ampliar el gesto de la articulación determinada en un movimiento concreto.  
Movilidad articular- es la capacidad de realizar movimientos lo más ampliamente que permita la estructura de una articulación.

**Expresión por el ritmo y la danza-**

Estas actividades le brindan al alumno un medio de exteriorizar por el movimiento y la voz su sentimiento más profundo y sus observaciones más personales. Le brindan la posibilidad de expresar el ritmo a través del movimiento. Contribuyen a ampliar y a orientar sus posibilidades de expresión.

**\*sonidos y ritmos a través de movimientos**

\*juegos rítmicos

\*series rítmicas

\*expresión gestua

\*expresión corporal

\*canciones  
\*danzas  
\*danzas tradicionales nacionales e internacionales

**PLANIFICACIÓN DE LAS MICRO SECUENCIAS**

Toda clase o sesión de actividades físico-deportivas debe estar estructurada en tres partes, con un encadenamiento en su desarrollo.  
Estas tres partes: inicial, central y final pueden estar orientadas hacia uno o varios temas que se convierten así en ejes de su desarrollo.  
Parte inicial- la manera como se inicia una clase tiene una importancia manifiesta con relación a la buena disponibilidad del alumno durante el resto de la sesión, especialmente referido a los aspectos psicológicos. Antiguamente se pensaba que era solamente la preparación fisiológica para un rendimiento corporal, especialmente en lo que se refiere al logro de una adecuada frecuencia cardíaca, la elongación de músculos y articulaciones y una correcta temperatura corporal que posibilita el pleno funcionamiento orgánico para poder así llegar a distintas cargas de esfuerzo, pero ahora según Lleixá Arribas debe darse también una breve explicación sobre el contenido de la misma.  
Parte central- En ella se aborda la enseñanza de movimientos en toda su gama y el desarrollo de las capacidades, teniendo en cuenta así mismo los contenidos cognitivos previstos. Es necesario que el docente tenga en cuenta que en este espacio la enseñanza de nuevos movimientos debe darse al comienzo ya que son los momentos de mayor atención del alumno.  
Parte final- Vendría a ser la vuelta a la calma. En ella se completará la curva fisiológica del esfuerzo que aconseja un retorno paulatino a los niveles de activación similar a los del comienzo. También se usa para trabajos orales en la clase, normalizar aspectos emocionales, logros realizados, reglas aplicadas.  
  
**EVALUACIÓN-**  
  
Se la puede definir como un proceso continuo, que todo lo penetra y que responde a la necesidad de formular juicios sobre y a cada nivel del proceso educativo.  
Según Chavarría Navarro se debe considerar para cada Unidad de Programación tres fases evaluativas: \*evaluación inicial o diagnóstica- ha de permitir una aproximación a los conocimientos previos de los contenidos que tiene el alumnado y posibilitar así un ajuste de la unidad didáctica al grupo concreto y/o alumnado en particular. Esta evaluación inicial será en relación a aspectos significativos y orientadora e indicativa.

**\*evaluación procesal o formativa**- ha de permitir un ajuste continuo del desarrollo de la Unidad de Programación en función de su desenvolvimiento y del ritmo de aprendizaje del alumnado. Se trata de una tarea de afinamiento y adaptación constante que se operativiza a través de: a) actividades específicas de evaluación pronóstica, que nos revelen si el ritmo, las actividades de aprendizaje y el proceso son adecuados como para que permitan pensar en poder alcanzar, en su momento, los objetivos planteados o modificarlos, b) observación sistemática de aspectos relevantes, recogida a partir de las propias actividades de aprendizaje en el transcurso de la Unidad de Programación, que le proporciona una valiosa información, control y regulación en la aplicación de la programación didáctica.  
**\*evaluación sumativa-** tiene carácter global, final y acumulativo para desvelar los resultados del proceso de enseñanza aprendizaje seguido en la Unidad de Programación. Antiguamente la evaluación medía solamente resultados pero era discriminatoria dependiendo de la genética del alumno. La evaluación debe realizarse teniendo presente el proyecto de centro, y los contenidos actitudinales y conceptuales.  
En el momento de diseñar las actividades de evaluaciones deberá tener presente: a) objetivos de la evaluación- se debe definir en forma escueta que es lo que se pretende evaluar teniendo en cuenta los diferentes momentos evaluativos (inicial, procesal y final), b) criterios de la evaluación- han de determinar a partir de qué grado o nivel de contraste de la información es aceptado como suficiente, en cuántas o cuales pruebas, intentos o repeticiones, c) instrumentos de evaluación- será necesario determinar qué instrumento se habrá de usar para llevar a cabo la actividad evacuativa y qué recursos materiales serán necesarios.  
Finalmente no es necesario evaluar todo lo evaluable y a todo el mundo, ni todas las cosas. Es necesario considerar el norte de la acción educativa, darle un papel relevante a la evaluación pero en un equilibrio que la sitúe en su lugar. Chavarría Navarro estima que ha de suponer del orden de un 5-9% del tiempo docente aproximadamente.  
  
**CONCLUSIONES-**  
  
Las indicaciones desde el área debe tener presente: \*que el proceso educativo debe adecuarse a la realidad en la cual se desarrolla, teniendo en cuenta que es única para cada institución educativa.

\*deberá partir del correspondiente diagnóstico situacional donde el docente se ubicará en la realidad escolar, su contexto y en función de ello planificará su propuesta. De este proceso deducirá lo que resulta significativo culturalmente para el alumno.

\*jerarquizará la interacción social como estrategias de enseñanza y así el docente adquirirá desde esta perspectiva un papel mediador en el aprendizaje (capaz de conectar con las capacidades actuales del alumno y de potenciar su desarrollo posterior)

\*que el clima social de clase y la interacción entre iguales son estrategias facilitadoras del aprendizaje si se desarrollan y utilizan en forma adecuada  
\*que la interdisciplinalidad es otra de las formas de integrar los saberes en forma globalizada, debiendo ponderarse adecuadamente

\*y finalmente que la interacción con otros núcleos de este sistema, clases, escuela, barrio, familia, comunidad escolar, resultan fundamentales para poder comprender el proceso de aprendizaje y para poder incidir en él.  
  
**Sugerencias metodológicas-**

-Dotar de significatividad a los contenidos y a las actividades, no olvidar el carácter integrador de la enseñanza y por tanto interrelacionar los contenidos durante la sesión y a lo largo de las Unidades Didácticas..

-Partir de la experiencia del alumno  
-Conectar con los intereses y motivos de los alumnos  
-Relacionar los aprendizajes con su aplicación fuera del ámbito escolar  
-Presentar nuevas tareas de modo que active el interés del alumno  
-Mostrar la relevancia del contenido  
-Proceder por aproximaciones sucesivas  
-Práctica y repetición de la ejecución  
-Proporcionar retroalimentación adecuada.  
-Desarrollo interactivo y cíclico de los contenidos.  
.-Utilizar primordialmente las “formas jugadas” en consecuencia con el carácter lúdico del niño.  
-Fomentar la búsqueda de soluciones, valorando y potenciando el pensamiento creativo, evitando respuestas estereotipadas.  
-Tener siempre presente las diferencias individuales en las capacidades, en la asimilación y en el aprendizaje. Introducir actividades que favorezcan el desarrollo de todos, respetando las capacidades de cada uno.  
-Tener en cuenta las limitaciones físicas para cada edad.  
-Utilizar fundamentalmente el refuerzo positivo y el reto de la mejora personal como fuentes de motivación.  
  
**Orientaciones para seleccionar las tareas-**  
  
-Deben ser coherentes y desarrollar los objetivos que se pretenden.  
-Significativas y agradables para los alumnos.  
-Adecuadas al desarrollo y las posibilidades del grupo.  
-Existen muchas tareas diferentes para conseguir algo.  
-La misma tarea puede dar diversos resultados y tener consecuencias imprevisibles.  
-Variar y alternar los tipos de tareas a utilizar.  
-Deben de tener un orden y estructuración.  
-Seleccionarlas en función de su aplicabilidad a la vida cotidiana.  
 **Bibliografía-**  
  
Chavarría Navarro “La educación física en la enseñanza primaria: del diseño curricular de base a la programación de las sesiones”  
Lleixa Arribas “La educación física de 3 a 8 años”  
Gomensoro, Arnaldo “Temas de didáctica”  
Programa de Educación Física Nivel Escolar (1986)