



Departamento: **Educación Física**

Asignatura: **Educación Física**

Nivel: **1º año**

Duración del curso: **anual**

Carga horaria: **dos clases semanales de 60´**

## **I. FUNDAMENTACIÓN**

A lo largo de la historia, las prácticas escolares y la Educación Física han puesto en evidencia barreras socio-culturales que han creado procesos de desigualdad, exclusión y discriminación, que se traducen en procesos de hegemonía, dominación y violencia simbólica hacia cierto sector de la sociedad. En este contexto, se han cristalizado discursos homogeneizadores y disciplinantes que dieron fundamento y sentido a un gran número de prácticas y discursos, desde las cuales se producen o perpetúan situaciones de desigualdad, y exclusión.

La Educación Física a través de sus discursos y sus prácticas sigue reproduciendo el sistema heteronormativo dominante en la enseñanza de la Educación Física escolar a lo largo de su historia. Al mismo tiempo, la Educación Física, en tanto disciplina escolar, se encarga de enseñar Prácticas Corporales, en ese contexto selecciona las más relevantes social y culturalmente, para transformarlas en contenidos educativos y enseñarlos.

Por lo tanto, el Departamento de Educación Física del Colegio Liceo Víctor Mercante propone una enseñanza que intenta superar la mirada heteronormativa para plantear una Educación Física en clave de inclusión, que deconstruya las tradiciones arraigadas y reproducidas de forma irreflexiva por la Educación Física tradicional.

En este contexto, la propuesta se propone la selección de los contenidos basados en diferentes tipos de deportes, juegos, gimnasias y la natación, en el que se habiliten espacios de participación democrática e inclusiva para generar en lxs estudiantes en la apropiación de las prácticas corporales.

La apropiación y sentido de las prácticas deportivas, lúdicas y acuáticas propician en lxs estudiantes un sentido de pertenencia grupal, integración y valoración de sus pares, comprensión de la competencia como componente necesario y posibilitador de la interacción con los otros en un marco de colaboración sin distinción de género y desde una perspectiva de derecho.

En este sentido, la propuesta se desarrolla en función de una perspectiva transversal, que, además de promover la enseñanza de contenidos propios de la Educación Física, permitirá contextualizarlos críticamente a la perspectiva de derecho e inclusión, posibilitando la construcción de condiciones didácticas para una enseñanza más justa e igualitaria que enseñe a todxs sin distinción alguna.

## **II. OBJETIVOS**

Que al finalizar el año lxs estudiantes:

Conozcan y practiquen deportes, juegos, diferentes tipos de gimnasia y natación poniendo en uso habilidades técnico-tácticas para la resolución de situaciones de la práctica y asunción de roles.

Dominen las reglas y técnicas, para que, a partir de esta apropiación puedan tomar decisiones en situaciones de juego tanto defensivas como ofensivas, pudiendo tener mayor cantidad de opciones ante las múltiples situaciones que la práctica de los Deportes y Juegos presentan.

Distingan las diferentes lógicas y estructuras de las distintas prácticas corporales, para que a partir de esto puedan entender las diferentes formas de moverse y sus sentidos.

Reconozcan y apropien de las diferentes formas de moverse y técnicas logrando independencia y seguridad en el medio acuático.

## **III. CONTENIDOS**

Reglas y lógica interna de cada uno de los deportes, juegos y diferentes tipos gimnasias.

Técnicas - tácticas individuales y colectivas. Sistemas de ataque y defensa, transiciones.

Deportes/Juego de invasión: Fútbol, h́ndbol, basquetbol, ultimate frisbee, Gym Ringuette, entre otros.

Deportes/Juegos de cancha dividida: Voley, badminton, prellball, dodgeball, softbol, indiacca entre otros.  
Deportes de tiempo y marca: Atletismo (saltos, carreras, lanzamientos)  
Gimnasia: Elongación, flexibilidad, fuerza, coordinación, resistencia y velocidad  
Natación: Flotación, entradas al agua, desplazamientos en diferentes posiciones, flotación vertical, independencia acuática, coordinaciones de patada y brazada; patada y respiración; brazada y respiración, técnicas de los estilos de la natación, nado subacuático.  
Contextualización histórica y cultura de cada práctica.

#### **IV. METODOLOGÍA DE TRABAJO**

La propuesta de la enseñanza de los Deportes, Juegos, Gimnasia y Natación parte de la idea de no descontextualizar la enseñanza de habilidades, tanto técnicas como tácticas defensiva u ofensivas, de la propia práctica. De este modo cobra sentido el trabajo analítico en función de las situaciones de juego. Pensar la enseñanza desde la práctica (situación de juego) y no una enseñanza tradicional -meramente técnica y descontextualizada de la propia práctica y de las situaciones de juego-, permite generar una apropiación significativa del contenido.

La propuesta se basa en desarrollar el "juego" para detectar las ausencias de saberes por parte de lxs estudiantes, luego, en función de esa evaluación diagnóstica, se propone el trabajo analítico. En donde el mismo siempre hace referencia a las situaciones que se desprenden de la práctica de los Deportes y Juegos. Luego del desarrollo de los trabajos analíticos, se vuelve al "juego", para intentar aplicar ese trabajo analítico en el juego global.

Es fundamental entender que esta metodología no es lineal, sino que debemos entenderla como un proceso de enseñanza complejo, dinámico y cambiante.

#### **V. EVALUACIÓN**

La evaluación se encuentra orientada en varios aspectos, entre ellos los más destacables son, la participación activa en clase, los desempeños individuales y colectivos y la aplicación de los aspectos técnicos y tácticos en situaciones de juego.

Esta evaluación tendrá en cuenta los diferentes puntos de partida de cada unx de lxs estudiantes, respetando las diferentes posibilidades de acción, los diferentes intereses y las diferentes trayectorias corporales que posee cada estudiante.

De esta manera, este tipo de evaluación tendrá en cuenta el proceso en que cada estudiante pondere sus aprendizajes, poniendo en igualdad de condiciones a todxs en un marco de equidad en las prácticas evaluativas.

#### **VI. BIBLIOGRAFIA**

- ARAGON, P. (1999). Voleibol del aprendizaje a la competencia. Editorial Pila Teleña. Madrid.
- BAACKER, Horst ( ). MINIVOLEIBOL. Manual para Entrenadores. Editorial. Federación Internacional de Voleibol (F.I.V.B)
- BLOISE, Víctor (2000) Aprendiendo a Jugar al Hándbol en la Escuela. Educación General Básica. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- CANCELA CARRAL, José (2018). Tratado de natación. De la iniciación al perfeccionamiento. Editorial Paidotribo. Badalona, España. Caps. 2, 3, 4 y 5.
- CROSTA, Ricardo (2000). Aprendiendo a jugar al fútbol en la Escuela. Educación General Básica. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- GIRALDES, Mariano (2001); GIMNASIA, EL FUTURO ANTERIOR, de rechazos, retornos y renovaciones. Editorial Stadium. Buenos Aires.
- HANS DIETER, Trosse (1993). Balonmano Entrenamiento, técnica y táctica. Editorial: Martínez Rocca. Barcelona
- IGLESIAS, Carlos (2000). Aprendiendo a jugar al Voley en la Escuela. Educación General Básica. Buenos Aires. Editorial Stadium.
- MAZZEO, E. (2008) Atletismo para todos. Carreras, saltos y lanzamientos, Stadium SRL.
- MEDINELLI, S (2011) "Hándbol, el saber para su enseñanza". Imprenta Grafikar.
- PILATES, Joseph; Miller W. (1945). Return to Life Trough Contrology (1945), Reeditado por presentation Dynamics. USA.
- SILVESTRINI, Simón (1975). Metodologías Atléticas. Editorial Kapeluz.

ZANATTA, A. (1995/2005). La orientación deportiva del niño, Instituto del Deporte de la Provincia de Buenos Aires.

Reglamentos de los deportes realizados a lo largo del año.

#### Recursos de Internet

Confederación Argentina de deportes alternativos (2016) <http://deportesalternativos.com>

#### Recursos audiovisuales

“Cambio de juego”. BM contenidos para DXTV: <https://www.youtube.com/watch?v=qS2GX5b81N0>

“Cambio de Juego”. Deportes y juegos de pueblos originarios. BM contenidos para DXTV. <https://www.youtube.com/watch?v=6P6ybQedhx0>

“El cuerpo en la escuela”. Canal Encuentro:

<https://www.youtube.com/watch?v=1wvKs9JTtG8&t=780s>