



*"Bicentenario de la Independencia Nacional: 1811 - 2011"*



# Programa de Estudio

*Área*

---

## **Educación Física**

---

**7° grado**



*"Bicentenario de la Independencia Nacional: 1811 - 2011"*



**REPÚBLICA DEL PARAGUAY**

**MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CULTURA**

***Fernando Lugo Méndez***

PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DEL PARAGUAY

***Luis Alberto Riart Montaner***

MINISTRO DE EDUCACIÓN Y CULTURA

***Héctor Salvador Valdez Alé***

VICEMINISTRO DE EDUCACIÓN PARA EL  
DESARROLLO EDUCATIVO

***Diana Serafini***

VICEMINISTRA DE EDUCACIÓN PARA LA  
GESTIÓN EDUCATIVA

***Nancy Oilda Benítez Ojeda***

DIRECTORA GENERAL DE CURRÍCULUM,  
EVALUACIÓN Y ORIENTACIÓN

***Dora Inés Perrota***

DIRECTORA GENERAL DE EDUCACIÓN  
INICIAL Y ESCOLAR BÁSICA

## Índice

Presentación	5
Fines de la Educación Paraguaya	7
Objetivos Generales de la Educación Paraguaya	8
Perfil del egresado y la egresada de la Educación Escolar Básica	10
Principios Curriculares	12
Características que orientan el currículum en la Educación Escolar Básica	14
Concepto de competencia y capacidad aplicado en los programas del 3° ciclo	17
Orientaciones para el tratamiento de la Educación Bilingüe Castellano-guaraní	19
Orientaciones para el tratamiento del Componente Fundamental	25
Orientaciones para la atención a la diversidad	28
Orientaciones para el tratamiento de la equidad de género	30
Orientaciones para el tratamiento del Componente Local	34
Orientaciones para la adecuación curricular	37
Percepción de los docentes respecto de los programas de estudios actualizados del 3° ciclo de la Educación Escolar Básica	40
Diseño Curricular para la Educación Escolar Básica	42
Distribución del tiempo escolar en horas semanales por área para el tercer ciclo	43
<b>ÁREA EDUCACIÓN FÍSICA</b>	45
Fundamentación	47
Descripción	48
Competencia del área para el tercer ciclo	50
Alcance de la competencia en el 7° grado	50
Capacidades para el 7° grado	51
Orientaciones metodológicas	54
Orientaciones generales para la evaluación de los aprendizajes	68
Glosario	76
Bibliografía	83
Ficha técnica	85



## Presentación

El Ministerio de Educación y Cultura ha instalado una dinámica de trabajo a través de la cual todos los documentos orientadores de los procesos pedagógicos surgen a partir de indagaciones a los destinatarios de modo a que esos materiales estén dotados de pertinencia y relevancia. En ese sentido, y atendiendo que los programas de estudio del tercer ciclo de la Educación Escolar Básica (EEB) ya llevan más de diez años de implementación, este Ministerio ha procedido a desarrollar las investigaciones correspondientes y, en consecuencia a los resultados sistematizados, ha incorporado ajustes que son presentadas en este documento.

Las actualizaciones en los programas de estudio refieren, esencialmente, a los enfoques metodológicos sugeridos para abordar el desarrollo de los aprendizajes en los y las adolescentes que cursan los grados del tercer ciclo de la EEB. Los mismos responden a la compleja realidad pedagógica de las escuelas paraguayas que procuran satisfacer con eficacia a la ingente demanda de los y las estudiantes de los tiempos actuales. Así mismo, los mencionados enfoques son coherentes con las tendencias didácticas más vanguardistas en la región y en el mundo.

Las exigencias actuales de la sociedad paraguaya representan un desafío para el sistema educativo nacional y, en especial, para la planificación curricular. La creciente demanda de más y mejor educación en el tercer ciclo de la EEB no siempre ha recibido una respuesta adecuada. Por mucho tiempo, acceder a este ciclo era privilegio de unos pocos y aún los que accedían no contaban con un servicio pedagógico de calidad y ello se veía reflejado en los resultados académicos. Esta situación, poco a poco, ha ido cambiando. Se han dado muchos avances, pero quedan aún muchos problemas que resolver. Estos programas actualizados pretenden constituirse en las “puntas de lanza” de esos avances.

Ko'ã programa pyahu ojejapo haġua ningo hetamíme oñemyangekói oñemba'eporandúvo ichupekuéra. Oñeñepyrúvoi umi mitárusu ha mitákuñágui. Oñeporandu ichupekuéra mba'épepa ha mba'éichapa ha'ekuéra oñemoarandu ha oñembokatupyryse. Oñeñomongeta avei mbo'ehao myakahāharakuéra ndive. Ko'avape oñeporandu mba'éichapa, chupekuéra ġuarã, oñembohape poráveta tekombo'e. Hetami mbo'ehára ndive avei oñeñomongeta ko programa aporã. Chupekuéra katu oñeporandu mba'épa tekotevẽ oñemyatyrõ umi ojejerurévape ichupekuéra ombo'e haġua ha mba'éichapa ha'ekuéra ojykeko poráveta hemimbo'ekuérape ikatupyryve haġua.

Oñeñeha'ãmbaite niko osẽ porã haġua ko tembiapo. Áġa katu, upeichavérõ jepe, ojekuaa porã avei katuite oimeneháina oguereko mba'e tekovetẽva gueteri oñemyatyrõ ipype ha umi mba'e rojerure mbo'eharakuérape tohechakuaami ha toikuaaukami jahechápa, oñondive ha ñopytyvõme, ñamoakārapu'ãve ha ñamombareteve jahávo pe tekombo'epy, mitã paraguái rehehápe. Taupéicha.

**Dr. Phil Luis Alberto Riart Montaner**  
Ministro de Educación y Cultura

## Fines de la Educación Paraguaya

La educación paraguaya busca la formación de mujeres y hombres que en la construcción de su propia personalidad logren suficiente madurez humana que les permita relacionarse comprensiva y solidariamente consigo mismo, con los demás, con la naturaleza y con Dios, en un diálogo transformador con el presente y el futuro de la sociedad a la que pertenecen, con los principios y valores en que ésta se fundamenta.

Al garantizar la igualdad de oportunidades para todos, busca que hombres y mujeres, en diferentes niveles, conforme con sus propias potencialidades se califiquen profesionalmente para participar con su trabajo en el mejoramiento del nivel y calidad de vida de todos los habitantes del país.

Al mismo tiempo, busca afirmar la identidad de la nación paraguaya y de sus culturas, en la comprensión, la convivencia y la solidaridad entre las naciones, en el actual proceso de integración regional, continental y mundial.

## Objetivos Generales de la Educación Paraguaya

### La educación tiene como objetivos:

- Despertar y desarrollar las aptitudes de los educandos para que lleguen a su plenitud.
- Formar la conciencia ética de los educandos de modo que asuman sus derechos y responsabilidades cívicas, con dignidad y honestidad.
- Desarrollar valores que propicien la conservación, defensa y recuperación del medio ambiente y la cultura.
- Estimular la comprensión de la función de la familia como núcleo fundamental de la sociedad, considerando especialmente sus valores, derechos y responsabilidades.
- Desarrollar en los educandos su capacidad de aprender y su actitud de investigación y actualización permanente.
- Formar el espíritu crítico de los ciudadanos, como miembros de una sociedad pluriétnica y pluricultural.
- Generar y promover una democracia participativa, constituida de solidaridad, respeto mutuo, diálogo, colaboración y bienestar.
- Desarrollar en los educandos la capacidad de captar e internalizar valores humanos fundamentales y actuar en consecuencia con ellos.
- Crear espacios adecuados y núcleos de dinamización social, que se proyecten como experiencia de autogestión en las propias comunidades.



- Dar formación técnica a los educandos en respuesta a las necesidades de trabajo y a las cambiantes circunstancias de la región y del mundo.
- Promover una actitud positiva de los educandos respecto al plurilingüismo paraguayo y propender a la afirmación y al desarrollo de las dos lenguas oficiales.
- Proporcionar oportunidades para que los educandos aprendan a conocer, apreciar y respetar su propio cuerpo, y a mantenerlo sano y armónicamente desarrollado.
- Orientar a los educandos en el aprovechamiento del tiempo libre y en su capacidad de juego y recreación.
- Estimular en los educandos el desarrollo de la creatividad y el pensamiento crítico y reflexivo.

## Perfil del egresado y la egresada de la Educación Escolar Básica

La Educación Escolar Básica tiende a formar hombres y mujeres que:

- Practiquen y promuevan acciones tendientes a la recuperación, el fortalecimiento y la valoración de las manifestaciones culturales, regionales, nacionales y universales.
- Respeten y defiendan los valores y principios democráticos básicos en su vivencia familiar, comunal y nacional.
- Reconozcan sus capacidades, acepten sus limitaciones y desarrollen sus potencialidades, en lo personal y en lo social.
- Practiquen y difundan los valores y principios establecidos en la Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- Actúen con creatividad, iniciativa y perseverancia en las diferentes situaciones que se les presentan en su vida familiar, escolar y comunal.
- Practiquen y promuevan acciones que contribuyan a la preservación, recuperación, enriquecimiento y uso racional de los recursos del medio ambiente natural y social.
- Apliquen y promuevan hábitos y medios sanitarios que contribuyan a mejorar la salud física, mental y social de su persona, su familia y su comunidad.
- Manifiesten capacidad reflexiva y crítica ante informaciones y mensajes verbales de su entorno, y especialmente los provenientes de los medios de comunicación social.
- Utilicen eficientemente el español y el guaraní en forma oral y escrita, como instrumento de comunicación, de integración sociocultural regional y nacional, así como

el castellano como instrumento de acceso a las manifestaciones científicas y universales.

- Apliquen conceptos y principios matemáticos y no matemáticos, en la identificación, en el planteo y en la resolución de problemas y situaciones que se presentan en la vida cotidiana y en las disciplinas del saber humano.
- Acepten su propia sexualidad y asuman relaciones de equidad y complementariedad de género en su desenvolvimiento personal y social.
- Colaboren con su trabajo intelectual, manual y artístico en el mejoramiento de la calidad de vida, personal y social.
- Disfruten de las posibilidades que le ofrecen las artes y los deportes para expresar con libertad y creatividad sus ideas, pensamientos y sentimientos.
- Demuestren habilidades y destrezas en la práctica de la gimnasia, deportes, danzas, juegos y recreación.
- Reconozcan la importancia de la dinámica poblacional en el proceso de desarrollo de su país.
- Participen en actividades que ayuden al desarrollo armónico de su cuerpo, a la coordinación motora, a la formación de hábitos y habilidades deportivo-recreativas.

## Principios Curriculares

El currículum de la Educación Escolar Básica propugna la participación de los diferentes estamentos de la comunidad en el proceso educativo y promueve un aprendizaje centrado en el alumno y en la alumna conforme a sus características, desarrollo y al contexto en que se desenvuelven. En sus diversas etapas, buscará permanentemente el aprendizaje significativo, la educación en valores, la incorporación de las actividades lúdicas, el desarrollo de la creatividad y la integración de la evaluación como proceso constante y formativo.

Un **aprendizaje significativo** se produce cuando el alumno y la alumna incorporan el nuevo contenido a su esquema de conocimientos a partir de lo que ya saben y de sus necesidades e intereses. Este tipo de aprendizaje proporciona a los educandos capacidad para aprender de manera más agradable, sólida y duradera. Así, el aprendizaje está muy vinculado a su funcionalidad, es decir, a su utilización

cuando las circunstancias lo requieran dentro y fuera del aula.

Los **valores** se vivencian, se captan e internalizan a lo largo de todo el proceso educativo. Se traducen en las actitudes de profesores y alumnos, en el clima afectivo que se comparte, en los objetivos propuestos, en la metodología y la evaluación que se utilizan, en lo que se dice y en «lo que no se dice», y en lo que se vive dentro y fuera del aula.

El **juego** es un recurso metodológico de mucho valor en el proceso enseñanza aprendizaje. Es necesario romper la aparente oposición entre el juego y el aprendizaje, y aprovechar las actividades lúdicas como condición indispensable para que el educando se motive, se gratifique, construya su propio aprendizaje y reciba estímulos para seguir aprendiendo.

La **creatividad** es la expresión de lo que la persona tiene dentro de sí y que espera ser desarrollado mediante las diferentes actividades que realiza en la familia, en la escuela y en la comunidad. Es la forma de plantear, analizar y resolver situaciones de la vida diaria, aplicando sus aprendizajes en un proceso cuyo producto es la creación de algo nuevo.

La creatividad impregna y orienta todo el trabajo escolar; se la considera como una metodología que libera a la escuela de los mitos y ataduras y la impulsa a estimular el desarrollo permanente de habilidades y destrezas que encuentran en el «hacer» del alumno y la alumna una forma de expresión, una posibilidad de enriquecer su sensibilidad, de desarrollar su capacidad de análisis y su pensamiento reflexivo e innovador.

La **evaluación** como parte inherente al quehacer educativo, es sistemática, formativa, integral y funcional.

Se la concibe como un proceso participativo en el que intervienen alumnos, docentes y las demás personas involucradas en la enseñanza y el aprendizaje.

La Educación Escolar Básica incorpora una evaluación centrada en la evolución individual del alumno y la alumna, sin descuidar los perfiles y las normas establecidos que considera la función social de la escuela.

La evaluación debe ser una experiencia constructiva de aprendizaje que debe contribuir a mejorar el proceso, como a dar confianza y seguridad al educando y al educador.

## Características que orientan el currículum en la Educación Escolar Básica

### La primera característica deriva del tipo de hombre y mujer que se pretende formar...

*...se explicita convenientemente en los Fines de la Educación Paraguaya: «La educación paraguaya busca la formación de mujeres y varones que en la construcción de su propia personalidad logren suficiente madurez humana que les permita relacionarse comprensiva y solidariamente consigo mismos, con los demás, con la naturaleza y con Dios, en un diálogo transformador con el presente y el futuro de la sociedad a la que pertenecen y con los principios y valores en que ésta se fundamenta.*

*Al garantizar la igualdad de oportunidades para todos, busca que hombres y mujeres, en diferentes niveles,*

*conforme con sus propias potencialidades se califiquen profesionalmente para participar con su trabajo en el mejoramiento del nivel y calidad de vida de todos los habitantes del país...»*

Desde esta perspectiva, la educación se concibe como un proceso formativo permanente que es inherente a la persona humana y como un proceso social mediante el cual el educando vivencia experiencias de aprendizaje que contribuyen a la formación de capacidades y valores que facilitarán su integración social y lo harán partícipe del mejoramiento de la calidad de vida.

### La segunda característica se relaciona con el concepto de cultura

La Reforma Educativa plantea como un objetivo de relevancia *“la formación de la conciencia personal y del espíritu crítico del ciudadano para que asuma su pertenencia a una sociedad pluriétnica y pluricultural...”* El Paraguay posee una pluralidad de culturas representadas por las diferentes etnias que lo habitan y los grupos de inmigración antigua y reciente que lo pueblan. Las ciencias pedagógicas y la didáctica mostrarán los medios y los

modos más eficaces para satisfacer las exigencias de este pluralismo cultural, atendiendo especialmente la situación que plantea el bilingüismo, de modo que la expresión en las dos lenguas oficiales sea un vehículo efectivo para la transformación, la promoción y la dinamización de la cultura. ¿Cómo concebimos la cultura?, como todo lo que es producto de la persona humana: emoción, costumbre, habilidades,

destrezas, actitudes, valores, productos concretos y abstractos, «en suma, todos los productos, símbolos y procesos que los seres humanos han creado para interpretar y conocer la realidad».

Esta concepción de la cultura dimensiona sus dos expresiones: la sistematizada y la cotidiana. Se estimula el rescate de la cultura propia para incorporarla al

proceso educativo e integrarla a los conocimientos que la persona humana ha venido acumulando y sistematizando.

Se pretende de esta manera no desvalorizar lo que es propio, sino asumirlo para que con espíritu crítico sea valorizado a la luz de las expresiones de la cultura sistematizada.

**La tercera característica se refiere al estilo de aprendizaje y de enseñanza que necesariamente se debe promover para contribuir al desarrollo integral de la mujer y el hombre**

**Las expectativas de la educación paraguaya como orientadoras del proceso educativo se centran hacia:**

- Una educación que sitúe a la persona humana, en su calidad de sujeto individual y social, como fundamento y fin de la acción educativa.
- Una educación que posibilite al hombre y a la mujer igualdad de oportunidades para constituirse, en estrecha relación solidaria con su entorno, en sujetos activos de su propia formación y de los procesos de desarrollo nacional.
- Una educación que despierte y desarrolle actitudes de la persona humana, respetando sus posibilidades, limitaciones y aspiraciones.
- Una educación que tienda a la formación de la conciencia personal, de la conducta democrática, del espíritu crítico, de la responsabilidad y del sentido de pertenencia a una sociedad pluriétnica y pluricultural.
- Una educación que propicie el diálogo y la colaboración solidaria en las relaciones interpersonales y sociales y la integración local, regional, continental y mundial.
- Una educación que recupere y acreciente los valores morales, personales y familiares, y el sentido trascendente de la existencia humana.
- Una educación que valore el rol de la familia como núcleo fundamental de la sociedad y considere prioritariamente sus funciones básicas, sus deberes y sus derechos.
- Una educación que responda a las exigencias de las nuevas circunstancias socio-económicas y al avance vertiginoso del saber científico y

técnico de nuestra civilización contemporánea.

- Una educación que incorpore el trabajo socialmente útil, que forme al joven y la joven para contribuir, mantener y acrecentar el bienestar social y cultural de nuestro pueblo.

La Educación Escolar Básica, en coherencia con los Fines y Expectativas de la Educación Paraguaya, se sustenta en principios Curriculares que propugnan la participación de los diferentes estamentos de la comunidad en el quehacer educativo, y promueve un aprendizaje centrado en el alumno, que atienda sus características, desarrollo y contexto en que se desenvuelve. “En sus diversas etapas buscará

permanentemente el aprendizaje significativo, la educación en valores, la incorporación de actividades lúdicas, el desarrollo de la creatividad de los educandos y la integración de la evaluación como proceso constante y formativo”.

Esto supone una educación en la cual aprender es sinónimo de explorar, experimentar, descubrir, reconstruir; una educación que evita las repeticiones memorísticas de fórmulas, datos, fechas y textos, muchas veces poco comprensibles para los estudiantes. Un aprendizaje en que educador y educando en un ambiente cálido, dinámico y participativo, trabajen mancomunados para la adquisición de aprendizajes permanentes y de calidad.

## La cuarta característica analiza la manera de determinar el logro obtenido en los aprendizajes

La evaluación en el Diseño Curricular está considerada como un proceso para obtener juicios relacionados a nivel de logros de las metas de aprendizaje que plantea el currículo. Así, la evaluación se presenta con una doble dimensión: como evaluación de proceso y como evaluación de producto. De proceso porque

considera a todos los elementos y sujetos que intervienen en el desarrollo curricular, y de producto porque considera los logros obtenidos o no, por el educando. En este contexto, no se puede ver al educando como el único responsable de los logros y fracasos.



## Concepto de competencia y capacidad aplicado en los programas del 3° ciclo

La **competencia** es un concepto que ha venido a integrar el vocabulario pedagógico en los últimos años. Es un concepto que difiere según el ámbito desde el cual se lo está abordando; incluso en el campo educativo, los diferentes países que en sus currículos plantean el desarrollo de competencias lo abordan desde diversas concepciones.

En Paraguay, se ha hecho un minucioso análisis de los diversos conceptos de competencia y por la necesidad de acordar uno que oriente la elaboración curricular, así como su implementación y evaluación, se propone el siguiente concepto:

**COMPETENCIA:** Integración de capacidades (aptitudes, conocimientos, destrezas, habilidades y actitudes) para la producción de un acto resolutivo eficiente, lógico y éticamente aceptable en el marco del desempeño de un determinado rol.

Entendida así la competencia, involucra necesariamente a los conocimientos que se constituyen en la base para el desarrollo de la misma. Esto quiere decir que no se puede afirmar que alguien es competente si “no sabe”. El conocimiento es la base, pero una competencia no se reduce solo a los conocimientos. Lo más

importante para el desarrollo de una competencia es qué hacer con los conocimientos, dónde y cómo aplicarlos. Y esto incide en el proceso de su desarrollo como en su evaluación.

Este concepto de competencia involucra el desarrollo de capacidades. Por tanto,

es necesario precisar el alcance semántico del término “**capacidad**”. En

este programa de estudio, este término es entendido de la siguiente manera:

**CAPACIDAD:** Cada uno de los componentes aptitudinales, actitudinales, cognitivos, de destrezas, de habilidades que articulados armónicamente constituyen la competencia.

La capacidad, por tanto, es el nombre genérico con el cual se aborda el desarrollo ya sea de las aptitudes, como de las actitudes, de las habilidades o de las destrezas. Al igual que la competencia, el concepto de capacidad

involucra conocimientos. Por ello, el docente debe analizar cada capacidad de su programa de estudio y delimitar en cada caso qué conocimientos requiere el estudiante para el desarrollo de la capacidad.

***Para la planificación pedagógica, los docentes deberán analizar las capacidades propuestas en los programas de estudio de modo a:***

- a. definir los temas implícitos en la enunciación de cada capacidad,
- b. determinar los procesos pedagógicos más pertinentes a las realidades institucionales para el desarrollo de cada capacidad,
- c. desarrollar los procesos propios de cada capacidad (qué implica “analizar”, qué implica “investigar”, qué implica “reflexionar”...)
- d. definir los indicadores de logros en relación con cada capacidad y, consecuentemente, decidir los procedimientos e instrumentos de evaluación que aplicará.

## Orientaciones para el tratamiento de la Educación Bilingüe Castellano-guaraní

En el tercer ciclo, se continúa con el proceso de Educación Bilingüe que comienza en la Educación Inicial, y que tiene continuación en la EEB y en la Educación Media. Por lo tanto, las mismas consideraciones ya presentadas en los documentos curriculares del 1° y 2° ciclos y en el material “La Educación Bilingüe en la Reforma Educativa” serán tenidas en cuenta.

La Educación Bilingüe implementada en nuestro país hace referencia a un proceso planificado de enseñanza **en dos lenguas**: castellano y guaraní. Ello conlleva necesariamente la enseñanza de ambas lenguas para que los estudiantes puedan desarrollar su competencia comunicativa a través de un proceso lógico y sistemático (lenguas enseñadas o enseñanza de lenguas), y la utilización de las mismas como instrumentos para la enseñanza de las demás áreas académicas (lenguas de enseñanza).

En este contexto, es importante diferenciar la existencia de una lengua materna (L1) y de una segunda lengua

(L2), dado que ambas deben recibir el tratamiento didáctico apropiado.

Con fines pedagógicos se ha definido a la **lengua materna** como aquella adquirida por el niño o la niña en su contexto familiar, producto de una interacción con sus inmediatos interlocutores, en el hogar y en la comunidad, por lo que la misma es la utilizada predominantemente en el momento del ingreso del niño o de la niña al sistema educativo. En cambio, la **segunda lengua** es la de menor uso en el momento de ingresar a la escuela y que, por ende, debe ser desarrollada a través de una metodología propia de una L2.

En nuestro país, sabemos que muchos niños ingresan al sistema educativo teniendo como lengua materna el guaraní, y muchos otros el castellano. Y en una cantidad considerable también podemos encontrar niños que, en el momento de ingresar a la escuela, ya utilizan bastante bien ambas lenguas (o por lo menos tienen un cierto grado de bilingüismo). En este caso, se debe

identificar cuál de las dos lenguas domina con mayor propiedad para que pueda ser considerada como lengua materna y utilizarla en la enseñanza de las demás áreas académicas.

Sin embargo, si presentan un dominio similar de los dos idiomas, entonces, se da la posibilidad de utilizar ambas lenguas desde los inicios del proceso escolar. Es decir, si los alumnos ya dominan bastante bien las dos lenguas oficiales, esta realidad constituye una ventaja que puede ser muy bien aprovechada para los fines pedagógicos, y no hay necesidad de limitar la enseñanza de las demás áreas (que no sean comunicación) a través de una sola lengua necesariamente, sino que puede realizarse a través de ambas, desde el inicio mismo.

Para atender estos casos, el sistema educativo propone tres modalidades de Educación Bilingüe. La elección del modelo a ser aplicado en cada escuela e incluso en cada grado depende de las características sociolingüísticas de los niños.

Se recuerda que el MEC ha publicado un **Test de Competencia Lingüística** que puede ser aplicado a niños de 5 ó 6 años, es decir, en el preescolar o al comienzo del primer grado para tomar las decisiones con base en datos concretos, reales, y no en simples percepciones. Además, se insiste en dar prioridad absoluta a las reales condiciones en las que se encuentran los niños, en primer lugar, por respeto y, en segundo lugar, porque de esta manera se podrá dar un tratamiento apropiado al caso; por ende, se obtendrán mejores resultados.

**En la elaboración de su Proyecto Educativo Institucional, cada comunidad educativa debe tomar la decisión de cuál de las modalidades será la más adecuada a la realidad sociolingüística de los niños.**

Las modalidades de educación bilingüe son los siguientes:

### Propuesta A, Guaraní L1

Esta propuesta responde a características del grupo grado en el que el guaraní es la lengua materna y el castellano es la segunda lengua. En este caso, las dos dimensiones de la educación bilingüe (lenguas enseñadas y lenguas de enseñanza) se tratarán de la siguiente forma:

#### 1) Dimensión de lenguas enseñadas:

##### Primer grado:

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales. En este grado, la comprensión escrita y la expresión escrita contienen capacidades consideradas no básicas, es decir, no inciden en la promoción de los alumnos.

##### Segundo grado:

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

##### Tercer grado:

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

##### Segundo ciclo:

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

##### Tercer ciclo:

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

**2) Dimensión de lenguas de enseñanza:****En el primer ciclo:**

Desarrollo de las competencias trabajadas en todas las áreas académicas en guaraní. En caso que el docente considere de que los niños ya están en condiciones de desarrollar algunas capacidades en la lengua castellana puede hacerlo, en especial en el tercer grado.

**En el segundo ciclo:**

Desarrollo de las capacidades de todas las áreas académicas en guaraní.  
Desarrollo de algunas capacidades de las demás áreas académicas en castellano. Las capacidades a ser desarrolladas en castellano se seleccionarán considerando su nivel de complejidad y el desarrollo de las capacidades comunicativas de los niños. Conforme evoluciona el nivel de dominio lingüístico, en cada grado se

debe incrementar la cantidad de capacidades desarrolladas a través de la lengua castellana.

**En el tercer ciclo:**

Desarrollo de las capacidades de las demás áreas académicas que no sean Lengua y Literatura Castellana y Guaraní Ñe'ẽ ha Iñe'ẽporãhaipyre en las dos lenguas, en una proporción más o menos equitativa. Para este ciclo, los estudiantes ya tienen su competencia comunicativa bastante desarrollada, aún en su L2. Por ende, se pueden utilizar las dos lenguas para desarrollar las capacidades.

Además, es muy importante que estas lenguas sean utilizadas como instrumento de comunicación cotidiana en la institución educativa. Ello ayudará a afianzar cada vez más las capacidades comunicativas de los estudiantes.

**Propuesta B, Castellano L1**

Esta propuesta responde a características del grupo grado en el que el castellano es la lengua materna y el guaraní es la segunda lengua. En este caso, las dos dimensiones de la educación bilingüe (lenguas enseñadas y lenguas de enseñanza) se tratarán de la siguiente forma:

**1) Dimensión de lenguas enseñadas:****Primer grado:**

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral,

comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales. En este grado, la comprensión escrita y la expresión escrita contienen capacidades consideradas no básicas, es decir, no inciden en la promoción de los alumnos.

**Segundo grado:**

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

**Tercer grado:**

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

**Segundo ciclo:**

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cinco horas didácticas semanales.

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

**Tercer ciclo:**

En castellano, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

En guaraní, desarrollo de la comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de cuatro horas didácticas semanales.

**2) Dimensión de lenguas de enseñanza:****En el primer ciclo:**

Desarrollo de las competencias trabajadas en todas las áreas académicas en castellano. En caso que el docente considere de que los niños ya están en condiciones de desarrollar algunas capacidades en la lengua guaraní puede hacerlo, en especial en el tercer grado.

**En el segundo ciclo:**

Desarrollo de las capacidades de todas las áreas académicas en castellano.

Desarrollo de algunas capacidades de las demás áreas académicas en guaraní. Las capacidades a ser desarrolladas en guaraní se seleccionarán considerando su nivel de complejidad y el desarrollo de las capacidades comunicativas de los niños. Conforme evoluciona el nivel de dominio lingüístico, en cada grado se deben incrementar la cantidad de capacidades desarrolladas a través de la lengua castellana.

**En el tercer ciclo:**

Desarrollo de las capacidades de las demás áreas académicas que no sean Lengua y Literatura Castellana y Guaraní Ñe'ẽ ha Ñe'ẽporãhaipyre en las dos lenguas, en una proporción más o menos equitativa. Para este ciclo, los estudiantes ya tienen su competencia comunicativa bastante desarrollada, aún en su L2. Por tanto, se pueden utilizar las dos lenguas para desarrollar las capacidades.

Además, es muy importante que estas lenguas sean utilizadas como instrumento de comunicación cotidiana

en la institución educativa. Ello ayudará a afianzar cada vez más las capacidades comunicativas de los estudiantes.

### Propuesta C, Guaraní y Castellano L1

Esta propuesta responde a características del grupo grado en el que los niños y las niñas utilizan en el momento de su ingreso al sistema educativo las dos lenguas oficiales. En este caso, las dos dimensiones de la educación bilingüe (lenguas enseñadas y lenguas de enseñanza) se tratarán de la siguiente forma:

#### 1) Dimensión de lenguas enseñadas:

##### 1°, 2° y 3° ciclos:

En castellano y en guaraní, desarrollo de las capacidades de comprensión oral, expresión oral, comprensión escrita y expresión escrita, en un tiempo mínimo de 8 horas didácticas semanales. Cada proceso didáctico debe ser desarrollado completamente en una lengua.

#### 2) Dimensión de lenguas de enseñanza:

##### 1°, 2° y 3° ciclos:

Desarrollo de las capacidades trabajadas en todas las áreas académicas en castellano y en guaraní. En el caso del guaraní, las capacidades no deben limitarse a lo folklórico, a lo antiguo o a lo rural; más bien, se debe potenciar el uso de esta lengua para la transmisión de contenidos diversos, nacionales y universales.

La selección de las capacidades a ser desarrolladas en una y otra lengua, respectivamente, queda a cargo de cada institución educativa.

Es importante resaltar la recomendación de evaluar el desarrollo de las capacidades en la lengua que fue utilizada para su desarrollo, con el fin de evitar cualquier tipo de complicaciones relacionadas con el instrumento de comunicación que es la lengua.



## Orientaciones para el tratamiento del Componente Fundamental

El componente fundamental constituye un aspecto central en la propuesta curricular del tercer ciclo de la EEB. Juntamente con los pilares de la educación, el componente fundamental aborda cuestiones absolutamente imprescindibles en la formación de los educandos.

El componente fundamental en la Educación Escolar Básica (EEB) es abordado desde la doble perspectiva: como contenidos relacionados con las capacidades de algunas áreas académicas y como temas transversales a ser desarrollados en los tres grados del 3° ciclo: la **Educación Democrática**, la **Educación Ambiental** y la **Educación Familiar**. En el primer caso, se plantea su desarrollo en los programas de estudio correspondientes a las áreas académicas. Como temas transversales, a continuación, se presentan algunas consideraciones para su tratamiento pedagógico.

La práctica de los valores para la convivencia armónica, en un espacio propicio como lo constituye indudablemente la escuela, es fundamental como uno de los ejes de la **Educación Democrática**. Para facilitar su tratamiento en aula, el docente debe transformar y proyectar sus prácticas cotidianas en una participación activa y constructiva, en interacción constante con todos los miembros de la comunidad educativa.

Es fundamental que el docente propicie, en el aula, situaciones como la expresión de opiniones de los alumnos y alumnas, el respeto por las ideas del otro aunque no se compartan, el cuidado de las cosas propias y ajenas, la exposición a los alumnos a situaciones problemáticas en que puedan tomar decisiones, ya sea sobre cómo realizar una actividad o cómo elegir a un representante del grado, por ejemplo.

Lo importante de los principios democráticos es poder vivenciarlos cotidianamente porque sólo así irán incorporándose a la vida de los alumnos, proyectándose como ciudadanos libres, éticos y responsables dentro de la sociedad. Contemplar la educación democrática, entonces, no sólo consiste en incorporar en la planificación didáctica diaria enunciados como “respetar al compañero” o “demostramos nuestro espíritu de integración”, cuando el mismo docente, en sus clases, no favorece la práctica sistemática y real de estos valores. Por el contrario, las clases cotidianamente deben caracterizarse por una interacción democrática, en el marco del reconocimiento y del respeto del otro como persona, como sujeto de derecho. Y para favorecer un ambiente democrático, lo primero que se requiere es un maestro democrático, coherente entre su palabra y su acción.

En lo concerniente a la **Educación Ambiental**, la escuela desarrolla capacidades, habilidades y actitudes tendientes a la preservación y conservación del ambiente a través de la sensibilización y concienciación de los estudiantes acerca de la realidad actual del ambiente, de la vivencia constante de su cuidado y del uso racional de sus componentes en el ámbito escolar y comunitario.

El alumnado, a través de las orientaciones pertinentes y adecuadas del docente, debe tomar conciencia del impacto de sus acciones sobre su hábitat y que el uso racional y adecuado de los recursos naturales asegura su preservación, así como una vida confortable en el presente y para las generaciones posteriores.

En ese sentido, el docente puede utilizar diversas estrategias en la clase para tratar este tema transversal, desde la simple acción del cuidado y limpieza del aula, orientando a los estudiantes para mantener limpios sus pupitres o tirar los desechos en el basurero, hasta llevarlos a la práctica sistemática de estos valores en toda la escuela y, por ende, en la comunidad. Los estudiantes deben considerar la escuela como su segundo hogar; por lo tanto, deben cuidarla como si fuera su propia casa. Aquí se les puede hacer notar que, así como les gusta estar en su casa cuando ésta se encuentra limpia y ordenada, también en la escuela deben buscar la comodidad y el bienestar.

Es esencial que los estudiantes comprendan que un ambiente limpio y prolijo contribuye decididamente para la

salud de las personas que interactúan en el mismo. Asimismo, también pueden promoverse actividades como, por ejemplo, la arborización de la escuela y sus alrededores, la elaboración de proyectos y trabajos en las diversas áreas tomando como eje el medio ambiente y otras según las necesidades.

Por otro lado, es importante, comprender que el tratamiento de este tema transversal no solo implica el ambiente físico sino también el ambiente afectivo y el clima institucional; ambos inciden de manera sustantiva en el logro de una convivencia armónica con los demás de modo que se creen en las escuelas condiciones óptimas de aprendizajes.

Por ello, los docentes, en un trabajo en equipo, deben cuidar constantemente el ambiente afectivo, dentro del aula y fuera de ella, en el patio, en los lugares de recreación y en todos los espacios de la institución.

En relación con la **Educación Familiar**, la familia, como el principal miembro y núcleo de la sociedad, ocupa un sitio privilegiado en esta propuesta curricular.

El docente puede utilizar diversas estrategias para incorporar este componente transversal en su práctica áulica, como por ejemplo, partir de las referencias sobre la familia que aparecen en los textos escolares y la finalidad que tiene su inclusión en los mismos, el valor de la familia para cada uno de los estudiantes, por qué es imprescindible pertenecer a una familia, qué tipos de familia existen, etc.

Asimismo, el docente puede mencionar a los padres y madres o tutores en las clases como ejemplos de amor, responsabilidad, paciencia y respeto, a fin de que cada estudiante comprenda que la escuela no es una institución aislada de su hogar sino una prolongación del mismo, que la escuela valora a su familia y que juntos conforman una gran familia, una comunidad.

Es primordial también seguir involucrando a los miembros de la familia en las actividades escolares, organizando acciones en conjunto con los padres como lectura o relato de cuentos por los padres a los alumnos del grado, la participación de los padres en las actividades conmemorativas, organización y participación en otras actividades recreativas y/o educativas como concursos, clubes de lectura, academias literarias, academias de historia, torneos deportivos, excursiones educativas, etc.

En otras palabras, el docente debe buscar que los padres y las madres se sientan partícipes de la educación de sus hijos, que se preocupen por los aprendizajes que van desarrollando, para lo cual se los debe invitar a visitar la escuela periódicamente con el fin de

informarles sobre los avances o dificultades de sus hijos y responder adecuadamente a las necesidades de información, cuando así lo requieran. Esta es una responsabilidad ineludible de todo docente y no debe tomarse como una interpelación a la familia acerca de la labor que desempeña, sino como una posibilidad de comprometerla cada vez más en el proceso de formación integral de los estudiantes.

Además, es importante que los estudiantes noten que existe un diálogo ameno y coherente entre la institución educativa y sus padres.

En conclusión, estos temas transversales deben integrarse al desarrollo de las capacidades de todas las áreas académicas. Por ello, su inclusión requiere de una planificación sistemática que contemple la práctica real de los valores descritos.

Finalmente, la escuela como responsable de la implementación del currículum debe comprender que, además de estos temas transversales, puede incluirse otros que en la comunidad se consideren como prioritarios, y cuyo tratamiento amerite el abordaje desde todas las áreas académicas. Ello beneficiará a la formación integral de los educandos.

## Orientaciones para la atención a la diversidad

Es necesario que los docentes consideren que el grupo de alumnos con el cual trabajan está constituido por estudiantes que tienen varios años de experiencia, durante los cuales han adquirido una serie de conocimientos, han desarrollado sus propias capacidades, habilidades, destrezas y actitudes, tanto del ámbito psicobiológico como sociocultural, las cuales constituyen el conjunto de recursos para el aprendizaje, hecho que debe ser considerado.

Esto significa que todos son «alumnos con necesidades básicas de aprendizaje», con diferente tipo y grado de desarrollo de sus recursos para aprender (funciones mentales básicas, motivación, interés, estilo de aprendizaje, método de estudio, características físicas o psicológicas, etc.), que pueden convertirse en “alumnos con necesidades educativas especiales”, de acuerdo a la forma en que van interactuando con los contenidos y, especialmente, si carecen de las “herramientas” para superar las dificultades en el aprendizaje que se les presentan durante las clases.

En otras palabras, cada uno de los estudiantes de la sala de clase son diferentes. Y esa diferencia puede ser tomada como una dificultad, o bien, como una oportunidad y como una riqueza. El docente no puede desentenderse de esta realidad. Por ello, se presentan algunas sugerencias que pueden ayudar al docente en este tema.

### Se sugiere que el docente:

- Diversifique las situaciones de aprendizaje y las estrategias de evaluación adecuándolas a las características del grupo de alumnos, y ampliarlas, replantearlas o modificarlas, parcial o totalmente, cuando se considere que no responden a las necesidades o posibilidades de los estudiantes.
- Organice espacios de participación (para que los alumnos desarrollen sus procesos cognoscitivos), compartiendo, orientando, estimulando, acompañando y conversando constantemente con ellos sobre la importancia de cumplir con los diferentes pasos de los procesos y la forma de hacerlo, en un ambiente de respeto a las diferencias en el desempeño de los mismos.
- Estimule la participación de los alumnos en aquellas situaciones que favorezcan un aprendizaje significativo, dentro y fuera del aula, invitando a padres u otros miembros de la comunidad a participar del trabajo del aula y compartir con los alumnos sus experiencias y conocimientos relativos a la cultura regional o nacional.

- Seleccione los recursos necesarios dentro de los que dispone la institución, de los que pueden obtenerse en la comunidad, de los que puede aportar el docente o de los que pueden aportar los alumnos para realizar las actividades en las diferentes situaciones de aprendizaje. Se debe buscar la variedad en los materiales didácticos. Ello, además, aportará siempre una novedad y motivará a los estudiantes a explorarlos, a utilizarlos.
- Durante el desarrollo de las clases, observe y retroalimete la acción de los alumnos, señalando los aspectos que se cumplieron y los que no se cumplieron, para fortalecer los que se cumplieron y concluir los que no se cumplieron. Así mismo, se sugiere escuchar y pedir opinión a los alumnos, estimular los logros, y recurrir a una variedad de instrumentos y pruebas para valorar el aprendizaje.
- Rescate el trabajo en equipo, el trabajo compartido con otros docentes de la institución y la autocapacitación de profesores, descubriendo y potenciando sus propias capacidades y habilidades a través del análisis de situaciones, reflexión conjunta, planificación didáctica, elaboración de materiales y otras actividades articuladas.
- Retroalimete constantemente el trabajo pedagógico con sustento en la satisfacción de las necesidades de aprendizaje de todos los estudiantes y en la evaluación permanente del propio desempeño profesional en la diversidad de situaciones que se presenten durante el año lectivo.

## Orientaciones para el tratamiento de la equidad de género

La equidad, desde el contexto de la Educación Escolar Básica, se impulsa con la intención de viabilizar condiciones de igualdad entre niños, niñas y adolescentes que cursan este nivel educativo, a fin de que todas las estudiantes y todos los estudiantes tengan oportunidades reales de obtener una educación de calidad.

Con estos pensamientos, y teniendo como principio una educación inclusiva, desde los lineamientos curriculares se procura garantizar, por un lado, una convivencia respetuosa, armónica y participativa entre las personas, la que es concebida, principalmente, desde el componente fundamental y local y desde el tratamiento de género; y, por otro lado, fomentar el respeto y la valoración hacia la cultura nacional y hacia la diversidad cultural, que se trabaja desde el tratamiento de la educación bilingüe y desde las áreas del componente académico. Por ello, en este apartado, se propondrán algunas orientaciones para el tratamiento de equidad de género, como estrategia que favorece a la concreción de las proyecciones educativas en materia de igualdad de oportunidades.

Desde la perspectiva de género, el desafío fundamental en el tercer ciclo

consiste en garantizar a los alumnos y las alumnas un trato igualitario tanto desde los lineamientos curriculares como así también desde las vivencias escolares. Para el efecto, resulta fundamental eliminar los estereotipos ligados al género y asegurar que las alumnas reciban el mismo estímulo que los alumnos para apropiarse de los diferentes saberes propuestos desde las áreas académicas.

Resulta oportuno aclarar que los planteamientos referidos a género especifican las relaciones de igualdad entre mujeres y hombres, y las construcciones sociales de la femineidad y de la masculinidad. Asimismo, parte de la aceptación del propio sexo y de la asunción social como de la identidad personal, de manera que cada uno y cada una puedan construir su identidad social desde un autoconcepto positivo y saludable, basándose en el respeto mutuo, en el conocimiento acertado, en la aceptación de convivencia y en la comunicación pacífica.

En este marco, la educación escolar básica pretende fomentar y apoyar la igualdad de género y, por consiguiente, a continuación, se propondrán tres temáticas a ser consideradas en el contexto educativo:

**a) El lenguaje:**

Constituye un factor preponderante en la comunicación y la convivencia efectiva entre las personas por lo que sería conveniente contemplar las siguientes observaciones:

- Revisar las formas verbales que se utilizan en las aulas, como por ejemplo, expresiones peyorativas al dirigirse hacia las mujeres y/o expresiones en el género masculino para referirse a ambos sexos.
- Reflexionar acerca de las causas y los valores que se dejan translucir cuando el lenguaje se caracteriza por ser sexista, como así también sería oportuno analizar las imágenes estereotipadas que aparecen en los medios de comunicación, propiciando una lectura crítica.
- Superar formas verbales sexistas en contextos comunicativos que suponen, en la mayoría de casos, una exclusión de las niñas en las interacciones verbales habituales.
- Asegurar que el lenguaje evite cualquier tipo de discriminación, sobre todo, las relacionadas con la selección del vocabulario al referirse a varones y mujeres. Además, se debe considerar aquello que acompaña al mensaje verbal como los gestos, las expresiones de la cara, entre otros, que también comunican un mensaje.

**b) Los materiales didácticos:**

Generalmente, los materiales pedagógicos ponen de manifiesto la cultura de un determinado contexto social por lo que se sugiere:

Cuidar que los recursos didácticos elaborados y/o utilizados no contengan explícita o implícitamente prejuicios sexistas. Así, por ejemplo, se evitarán contenidos textuales e imágenes estereotipadas, correspondientes solo al contexto masculino o femenino.

Introducir en las actividades de aprendizajes de los textos ejemplificaciones que pertenezcan al universo experiencial tanto de los niños como de las niñas de modo tal que partan de sus intereses, de sus ideas previas, que sean funcionales y reales.

Velar que las láminas y representaciones gráficas que ilustran las ocupaciones de oficios, profesiones o tareas sean equitativas para ambos sexos y que denoten modelos progresivos de mujeres y varones que ejercen funciones de liderazgo y que demuestran competencias intelectuales de manera equitativa.

**c) Las acciones:**

Las actividades propiciadas en el contexto escolar son fundamentales para el desarrollo de la igualdad en el tratamiento de género, por lo que sería conveniente contemplar las siguientes orientaciones:



- Estimular a varones y mujeres, por igual, para que participen en la formulación y asunción de las normas de convivencia cotidiana en la escuela, valorando en ambos sexos aspectos como el respeto mutuo, conductas de ayuda, tolerancia hacia las diferencias, el complemento mutuo y la protección entre ambos sexos, entre otros.
- Desarrollar la participación igualitaria en actividades grupales. Así, por ejemplo, se distribuirán funciones equitativas dentro del grupo, sin discriminaciones a priori en función del sexo al contribuir a la limpieza del aula, al elegir al coordinador o coordinadora del grupo, al seleccionar al encargado o encargada de registrar las reflexiones surgidas en el grupo sobre un tema, etc.
- Facilitar contextos y situaciones de diálogo, de resolución positiva y pacífica de conflictos, evitando en todo caso cualquier tipo de marginación o discriminación social por sexo. Para el efecto, será necesario el desarrollo de actitudes de convivencia que se caracterizan por la tolerancia, el respeto y la valoración hacia las diferencias individuales y grupales.
- Promover el desarrollo de la autoestima, mediante asignación de roles equitativos entre varones y mujeres, el trato igualitario, las actividades deportivas, el uso de la tecnología de la informática y la comunicación, las tareas emprendidas desde el hogar como así también desde la sala de clases y la promoción de juegos no sexistas. Por otro lado, es importante también construir una identidad sexual en la que el sexo femenino no se encuentre subordinado por el sexo masculino y viceversa, sino más bien que el desarrollo de la autonomía se efectivice en la complementariedad de ambos sexos.
- Plantear actividades involucrando con igual responsabilidad a las mujeres y a los varones, independientemente del tipo de trabajo que deben hacer. Los varones están en condiciones de realizar cualquier tipo de actividad, aunque socialmente algunas de ellas estén relacionadas con roles típicamente femeninos (estereotipos). Lo mismo para las mujeres.
- Facilitar el conocimiento del propio cuerpo sin establecer categorización entre el sexo masculino y femenino; más bien, orientar hacia los valores y las posibilidades del propio cuerpo como elemento definitorio de la identidad personal que debe ser respetado como tal.
- Analizar determinadas situaciones vividas en la sociedad actual: rol de los padres y las madres, las actividades laborales, reuniones entre amigos, conflictos entre varones y mujeres, actividades del hogar, propagandas y programas provenientes de los medios de comunicación, etc. Posterior al análisis, propiciar otras situaciones



que ilustren escenarios que reflejen una visión de trato igualitario en la sociedad entre varones y mujeres.

- Incorporar actividades físicas que posibiliten similares niveles de

ejecución, de intereses y de motivación. En estas prácticas, se propenderá a valorar más el esfuerzo, el equilibrio emocional, el bienestar físico y la cooperación, que la fuerza o la velocidad.

**En suma, el tratamiento de género no puede traducirse simplemente al aprendizaje de ciertos conceptos, ni a la exclusiva práctica de igualdad entre varones y mujeres solo desde las aulas; más bien, es un tema que requiere de la asunción de cambio de actitudes que contribuyan a formar nuevos valores y maneras de actuar de modo tal a disminuir la brecha de inequidad social y garantizar una educación igualitaria para todos.**

## Orientaciones para el tratamiento del Componente Local

La Orientación Educacional y Vocacional se inserta a la propuesta educativa con dos modalidades:

La orientación integrada al desarrollo general del currículum permite explicitar su gran potencial integrador y personalizador, abordándose con un carácter transversal, impregnando a todas las áreas académicas y apuntando al desarrollo de la plenitud de la persona humana.

Esta modalidad que se plantea para los tres ciclos de la EEB, es esencialmente formativa y hace referencia a la internalización y fortalecimiento de valores, el autoconocimiento y a la integración social. Su desarrollo en los procesos de clase se orienta a través de la inclusión en el currículum de capacidades, temas y actividades, especialmente desde el programa de Desarrollo Personal y Social. Su abordaje requiere una interacción democrática y personalizada de docente con los estudiantes asegurando el éxito de la acción orientadora en el aula, en función a los tres ejes de la orientación:

- El conocimiento y la aceptación de sí mismo.
- El conocimiento de la realidad en que está inmerso y la comprensión de su realidad social.
- El desarrollo de la capacidad de tomar decisiones acertadas en la vida.

La otra modalidad está planteada como «La acción orientadora de refuerzo», en la que se desarrollan de manera específica capacidades referidas a los ejes de la orientación. Para su tratamiento se tendrá en cuenta la carga horaria asignada al área de Desarrollo Personal y Social, a ser distribuida conforme necesidades entre Orientación y Proyecto Educativo Comunitario».

El Proyecto Educativo Comunitario es una instancia estrechamente vinculada con el Proyecto Curricular Institucional (PCI) y con los proyectos de áreas académicas. Debe ser construido con la participación activa de los niños, niñas, docentes, los padres y madres de familia y otros representantes de la comunidad. La intervención directa de los alumnos debe darse durante la implementación del proyecto, proceso en el que ellos y ellas deben ser conscientes de qué es lo que están haciendo, para qué lo hacen, en qué sentido les beneficia para su desarrollo personal y social, etc. En definitiva, los alumnos y las alumnas no deben ser solamente ejecutores del proyecto sino, por el contrario, deben ser partícipes de la consecución de los mismos en función de propósitos bien definidos. Por tanto, la escuela debe generar espacios que favorezcan la participación de todos los actores educativos para generar proyectos, ejecutarlos y evaluarlos.

Los proyectos educativos comunitarios pueden ser implementados por la institución (todos los estudiantes, de todos los grados de la escuela se encargan de realizarla), por un ciclo (cuando los proyectos son encarados por los tres grados de un ciclo en particular) o por un grupo grado (cuando todo el grupo de estudiantes de un grado participan en la ejecución y evaluación del proyecto).

Conforme con lo anteriormente expuesto, el Proyecto Educativo Comunitario puede ser trabajado por la escuela desde dos perspectivas:

**1. La escuela como una comunidad:** De hecho, la escuela es un espacio de convivencia comunitaria donde cada uno asume funciones y roles específicos los que, en suma, constituyen para los estudiantes las experiencias de relacionamiento social en los que deben cumplir con sus deberes, hacer cumplir sus derechos, acordar con sus profesores y/o compañeros y compañeras las acciones a realizar para que la escuela sea una comunidad armónica en donde la coexistencia se realiza en un marco de conciliaciones y concordia.

En este sentido, el Proyecto Comunitario puede trabajar aspectos relacionados con el mejoramiento de la convivencia escolar, por ejemplo:

- Disciplina escolar
- Responsabilidad y respeto
- Puntualidad
- Prácticas de procedimientos parlamentarias
- Participación social

Además, otros temas interesantes que podrían abordarse desde el Proyecto Comunitario, considerando la escuela como una comunidad, serían, por ejemplo:

- Clubes de lectura
- Grupos de deporte y recreación
- Clubes artísticos: coro, danza, teatro, música
- Centro de Recursos para el Aprendizaje en el grado
- Otros.

**2. La escuela como promotora del desarrollo de la comunidad:**

La escuela no puede ser un espacio aislado donde se vivencian valores, se potencia el desarrollo integral de la persona, etc., pero en los alrededores se presentan, precisamente, situaciones contrarias a las que se enseñan en la escuela (por ejemplo: basurales, calles en mal estado, inexistencia de espacios para la recreación y para el encuentro vecinal, violencia juvenil, etc.). Ante estas situaciones, la escuela no puede ser indiferente, es más, es su responsabilidad constituirse en el centro que potencia el desarrollo social y cultural de la comunidad, con lo cual se desarrollarán las competencias de los estudiantes para ser ciudadanos responsables.

En ese contexto, el Proyecto Educativo Comunitario debe encarar temas que ayuden a los adolescentes a:

- Identificar los problemas que aquejan a la comunidad y priorizar aquellos que consideren más importantes y urgentes.

- Identificar las instancias gubernamentales encargadas de ofrecer soluciones a los problemas seleccionados.
- Analizar las acciones que las autoridades están realizando en relación con los problemas.
- Proponer otras acciones creativas tendientes a la solución de los problemas.
- Realizar campañas de sensibilización a las autoridades para el cumplimiento de las acciones relacionadas con la solución a los problemas de la comunidad.

Cabe resaltar que debe analizarse con cuidado los roles de la escuela en relación a las problemáticas sociales, y los roles de otras instituciones como los organismos de seguridad, los municipios, etc. en el momento de definir los temas a ser abordados en los proyectos comunitarios. No se trata de adjudicarle a la escuela

roles que no le corresponden. Se trata sí de canalizar acciones, de colaborar en la medida de las posibilidades con la comunidad y de aprovechar estas actividades para que los estudiantes aprendan a ser mejores ciudadanos, aprendan a comprometerse con su realidad comunitaria, que conozcan sus deberes, derechos y obligaciones en relación con la comunidad, así como los deberes y los roles que deben cumplir las instituciones públicas.

Es importante resaltar que los proyectos educativos comunitarios, además de ser construidos con la participación plural de la comunidad educativa, deben tener liderazgos definidos: el director, en caso de que el proyecto sea institucional; uno de los profesores, en caso de que sea proyecto de ciclo; el profesor del grado, cuando el proyecto corresponde a un grado en particular.

## Orientaciones para la adecuación curricular

Los programas de estudio del 3° ciclo de la EEB presentan una tendencia hacia un currículo abierto, lo cual implica un mayor protagonismo de los actores educativos locales, principalmente docentes y directores, en la toma de decisiones acerca de qué, cómo y cuándo enseñar. Este espacio para decidir, implementar lo decidido y evaluar los resultados se denomina «adecuación curricular».

Los directores y docentes pueden, incluso, contar como insumo para la toma de decisiones las opiniones de sus propios estudiantes acerca de los procesos que les facilitan el aprendizaje, por ejemplo, las interacciones requeridas por ellos, el ambiente adecuado, los recursos de los que se pueden disponer, etc.

La adecuación curricular puede realizarse en por lo menos tres instancias, a saber:

**1. A nivel departamental:** Cuando el Consejo Educativo Departamental decide incorporar capacidades o competencias que atañen a las necesidades y a las características socioculturales del departamento geográfico donde están asentadas las instituciones educativas.

**2. A nivel institucional:** Cuando en el Proyecto Curricular Institucional (PCI), que forma parte del Proyecto Educativo Institucional (PEI), los directores y docentes deciden acerca de las competencias, las capacidades, los temas que tratarán para el desarrollo de las

capacidades, acerca de las estrategias metodológicas que aplicarán en la enseñanza, etc.

**3. A nivel de aula:** Cuando el o la docente, en coherencia con el Proyecto Curricular Institucional, decide acerca de las competencias que desarrollará en sus estudiantes, las capacidades, los temas o los procedimientos metodológicos y estrategias evaluativas que aplicará para lograr aprendizajes más significativos y funcionales en atención a las realidades particulares de su grupo grado.

En otras instancias de adecuación curricular podrían participar los municipios, las supervisiones administrativas y pedagógicas, las escuelas centro con sus escuelas asociadas, etc. De todas formas, las decisiones tomadas deben fundamentarse y documentarse, y serán incorporadas en el PEI y en el PCI de cada institución educativa.

En efecto, es menester para las instituciones que lideran la adecuación curricular construir los proyectos curriculares institucionales, proceso en el que los programas de estudio se constituirán en los marcos orientadores al definir los perfiles, las competencias y las capacidades que deberán desarrollar los estudiantes, así como las propuestas para la implementación metodológica en las aulas y las sugerencias de evaluación de los aprendizajes.

El Proyecto Curricular Institucional es el espacio donde se concretiza la adecuación curricular. Por lo tanto, en éste deberá definirse:

- a. **La selección de los temas a ser trabajados en el desarrollo de las capacidades:** En los programas de estudio, se presenta un listado de capacidades en cuyo enunciado se incluyen unos temas generales asociados con las conductas a ser demostradas por los estudiantes. Los tomadores de decisiones a nivel institucional, al definir los temas más precisos en relación a las capacidades, indican en qué medida será desarrollada la capacidad en ese grado según las posibilidades institucionales.
- b. **La adaptación de los temas a ser trabajados en el desarrollo de las capacidades:** En realidad, la adaptación es parte de la selección de temas, pero se destaca su valor por definir con mayor precisión los temas a ser abordados en el desarrollo de la capacidad. En el espacio de la adecuación curricular deberán definirse, de acuerdo con la realidad de la comunidad en donde está la escuela, cuáles serán los aspectos del tema a ser trabajados en forma particular de acuerdo a las características del lugar donde se encuentra la escuela.
- c. **La selección de los procedimientos metodológicos:** Si bien la enunciación de las capacidades a ser desarrolladas por los estudiantes de la EEB delata una inclinación hacia un paradigma pedagógico en particular (la construcción de los aprendizajes antes que el aprendizaje memorístico), no se cierran las posibilidades para la utilización de las más variadas estrategias de enseñanza de modo a lograr con efectividad y eficiencia los aprendizajes. Y, precisamente, esa selección de métodos, técnicas, estrategias y tácticas de enseñanza corresponde al espacio de adecuación curricular, porque son los equipos técnicos de la escuela (el director o la directora con los docentes) quienes deben decidir cuáles serán los procedimientos metodológicos más pertinentes para cada realidad institucional.
- d. **La fijación de los horarios de clase:** Otra instancia de adecuación curricular es la distribución del tiempo escolar en una semana de clases. Es cuando la carga horaria que corresponde a cada área académica (según consta en los programas de estudio) es distribuida en los cinco días de la semana, según las decisiones institucionales. En este sentido, sería interesante analizar la posibilidad, por ejemplo, de desarrollar las capacidades a través de talleres, lo cual implicaría acomodar los horarios para poder aplicar la técnica del taller. Entonces, al tomar decisiones estratégicas en cuando a lo metodológico, debe analizarse qué otras variables influyen para el éxito de la estrategia seleccionada. La distribución de las horas de clase puede ser un factor importante.
- e. **La selección e incorporación de áreas o disciplinas:** Las instituciones educativas pueden incorporar otras áreas académicas o disciplinas al plan de estudio siempre y cuando éstas tengan un carácter complementario de las

disciplinas ya incluidas en el programa de estudio; en ningún caso se reemplazarán las disciplinas incluidas en el currículum nacional, así como tampoco se podrán disminuir sus cargas horarias establecidas.

La carga horaria semanal para el desarrollo de las áreas académicas establecidas en los programas de estudio es la misma para todas las instituciones educativas del país, sean éstas de gestión oficial, subvencionada o privada y está presupuestada por el Estado en el caso de los dos primeros tipos de instituciones. Las escuelas de gestión privada o las privadas subvencionadas pueden incluir otras áreas o disciplinas de acuerdo a las condiciones institucionales; por su parte, las de gestión oficial podrán hacerlo también si logran presupuestar los cursos a través de fuentes generadas a nivel comunitario, distrital o departamental.

No obstante, es válido insistir en el carácter complementario de las áreas o disciplinas que eventualmente serían incorporados en el plan de estudios, porque las competencias y capacidades propuestas en los programas de estudio ya, de hecho, garantizan un aprendizaje de máxima calidad.

- f. **El desarrollo del componente fundamental:** Una vez realizado el

diagnóstico de la realidad institucional y comunitaria de cada escuela, y en coherencia con lo propuesto en el Proyecto Educativo Institucional, el director o directora, y los docentes decidirán, por un lado, las estrategias con las cuales desarrollarán la educación familiar, la educación democrática y la educación ambiental en situaciones de clase; y, por otro lado, los temas que serán enfatizados o priorizados durante el proceso enseñanza-aprendizaje por ser considerados como elementales para el mejoramiento de las condiciones de vida familiar, de relacionamiento social o de relacionamiento con la naturaleza por parte de estudiantes.

- g. **El desarrollo del componente local:** Las posibilidades de asociar los aprendizajes logrados a través del componente académico con el desarrollo social y cultural de la comunidad en la que está inserta la escuela, y con la que interactúa permanentemente, es una tarea que se enmarca también en la adecuación curricular. En cada institución escolar, a partir del análisis de la realidad y las necesidades de su entorno comunitario, se deberá elaborar el Proyecto Comunitario en estrecha relación con el desarrollo de competencias y capacidades planificadas en el Proyecto Curricular Institucional.

**La adecuación curricular otorga a las instituciones educativas mayor nivel de autonomía en la toma de decisiones y, en efecto, impone un mayor grado de responsabilidad a los equipos docentes y directivos por los procesos pedagógicos aplicados y por los resultados académicos obtenidos.**



## Percepción de los docentes respecto de los programas de estudio actualizados del 3° ciclo de la Educación Escolar Básica

La Dirección de Currículum, a través del Departamento de Investigación Curricular, ha realizado una indagación en las instituciones educativas seleccionadas para la implementación experimental de los programas de estudios actualizados para el 3° ciclo de la Educación Escolar Básica, durante el año 2010.

Esta indagación ha implicado la aplicación de un cuestionario a los docentes de todas las áreas académicas, con el propósito de conocer sus percepciones acerca de los programas de estudio.

Los resultados de la indagación revelan que, en general, las *capacidades* incorporadas en los documentos curriculares son pertinentes y claras; sin embargo, la excepción se dio con el área de *Trabajo y Tecnología*, pues la mayoría de los docentes estima que las capacidades que conforman específicamente la unidad temática *Técnicas y Tecnologías Básicas de Electricidad* requiere de ajuste en cuanto al nivel de profundidad. Ello implica, a sugerencia de los docentes, abarcar menos contenidos.

En otros casos, los docentes consultados han dado recomendaciones puntuales acerca de capacidades que podrían ser incorporadas, y otras cambiadas de un grado a otro, considerando el nivel de complejidad y la secuenciación.

En cuanto a la *carga horaria* establecida para el desarrollo de las capacidades, la mayoría de los docentes de las distintas áreas, a excepción de Trabajo y Tecnología e Historia y Geografía, consideran que el tiempo puede ser un factor importante para el buen desarrollo de las capacidades propuestas, sobre todo considerando la gran cantidad de estudiantes por grado en algunas instituciones educativas.

En referencia a las *estrategias metodológicas*, la mayoría de los docentes considera que son variadas, interesantes y posibles de ser aplicadas; así mismo algunos docentes solicitan la incorporación de muestras de procesos para el desarrollo de capacidades. Particularmente, en el área de Guaraní Ñe'ẽ ha ñe'ẽporãhaipyre la mayoría de los docentes consultados manifestó que se requieren de materiales de apoyo que los ayuden en sus tareas didácticas.

En cuanto a las *estrategias de evaluación*, la mayoría de los docentes consideró que el documento presenta sugerencias y ejemplos prácticos. Algunos de los consultados manifestaron que resulta difícil la implementación de evaluación de proceso en instituciones con superpoblación de alumnos. Otros docentes, en cambio, han sugerido la incorporación de muestras de

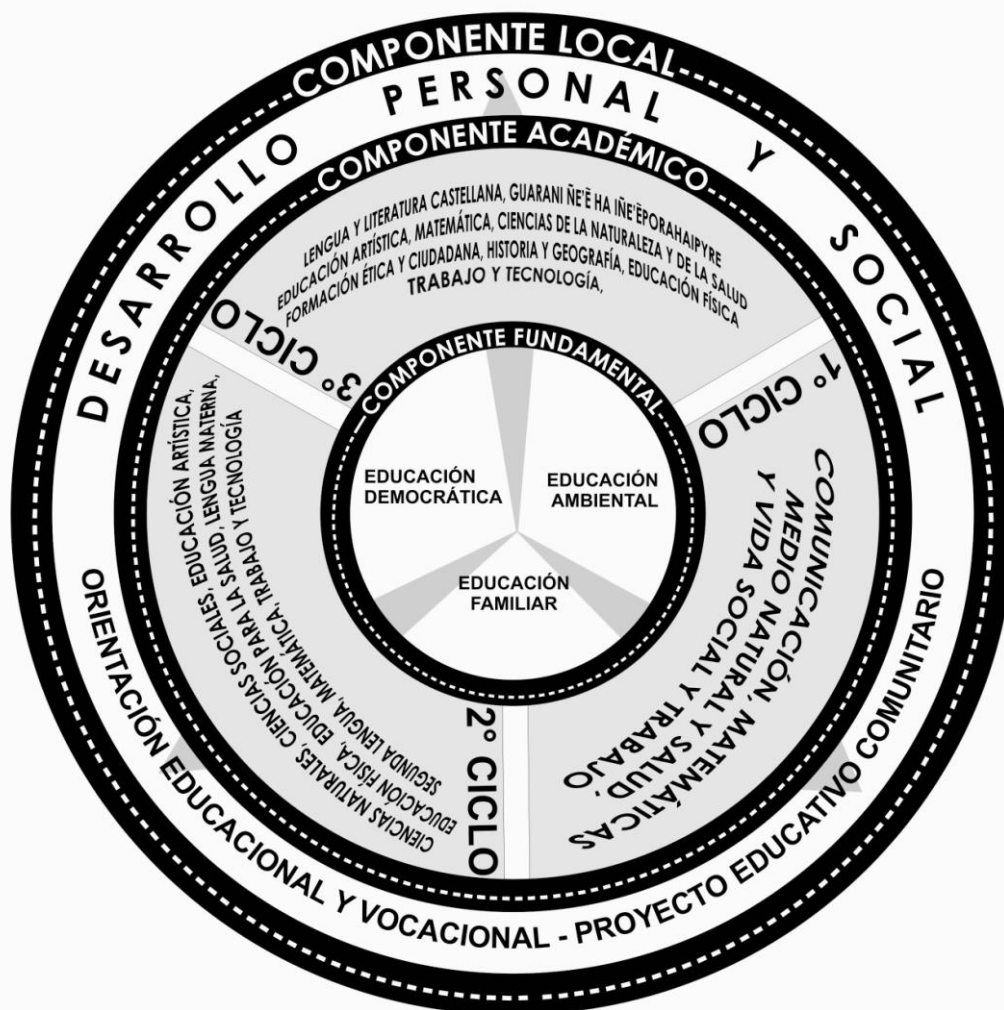


instrumentos que permitan evaluar el aprendizaje de proceso y de producto.

En el proceso de ajuste de los documentos curriculares, las percepciones y las sugerencias de los docentes consultados han sido consideradas, en la búsqueda de una propuesta que responde a los criterios de

pertinencia y calidad. Por mencionar ejemplos concretos, se han incluido ejemplos de indicadores e instrumentos de evaluación; se ha hecho un ajuste importante a una unidad temática de *Trabajo y Tecnología*; se han incluido ejemplos de procesos que posibilitan el desarrollo de capacidades, entre otros.

# Diseño Curricular para la Educación Escolar Básica



## Distribución del tiempo escolar en horas semanales por área para el tercer ciclo (\*)

<b>Componente Fundamental: Educación Democrática – Educación Familiar – Educación Ambiental</b>	<b>Componente Académico</b>	Áreas	7° Grado	8° Grado	9° Grado
		Lengua y Literatura Castellana	4	4	4
		Guarani Ñe'ẽ ha Iñe'ẽporãhaipyre	4	4	4
		Educación Artística	4	4	4
		Matemática	5	5	5
		Ciencias de la Naturaleza y de la Salud	5	6	6
		Formación Ética y Ciudadana	3	2	2
		Historia y Geografía	3	3	3
		Educación Física	2	2	2
		Trabajo y Tecnología	5	5	5
<b>Componente Local</b>	Desarrollo Personal y Social				
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación Educacional y Vocacional</li> <li>• Proyecto Educativo Comunitario</li> </ul>	3	3	3	
<b>Total de Horas</b>			<b>38</b>	<b>38</b>	<b>38</b>

(\*) La carga horaria propuesta no incluye el tiempo destinado al receso, formaciones de entrada y/o salida.

(\*\*) El tiempo estimado hace referencia a horas cátedras de 40 minutos



# *Educación Física*

---





## Fundamentación

En la actualidad, se hace cada vez más necesaria la incorporación de la práctica sistemática de las actividades físicas, deportivas y recreativas para el mejoramiento, mantenimiento y afianzamiento de la condición física y la promoción de una vida saludable.

Esta práctica implica el desarrollo de destrezas, habilidades y actitudes relacionadas con el conocimiento de la capacidad motriz y la manifestación de actitudes en función a normas y valores referidos al propio cuerpo conforme a las necesidades, intereses y motivaciones del estudiante.

En este sentido, el área de Educación Física en el tercer ciclo de la Educación Escolar Básica impulsa el reconocimiento de las propias posibilidades orgánicas y neuromusculares. Mediante este reconocimiento, los estudiantes podrán tomar con autonomía decisiones relacionadas a la práctica de rutinas gimnásticas, deportivas y recreativas.

Las actividades mencionadas requieren la aplicación de fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios. Al mismo tiempo, fomentan el desarrollo de actitudes de respeto y tolerancia hacia las diferencias individuales y propician el trabajo cooperativo enmarcado en el juego limpio.

En lo que respecta a la socialización del estudiante, el área se constituye en un espacio favorable para el desarrollo de las relaciones interpersonales, teniendo en cuenta el respeto, la convivencia democrática, la cooperación y la comunicación, aspectos fundamentales para el buen relacionamiento en su contexto familiar, escolar y comunitario.

En definitiva, la Educación Física favorece el desarrollo biosicosocial del estudiante propiciando un comportamiento motriz diversificado y complejo para adaptarse a las demandas y desafíos psicomotores en lo cotidiano, tendiente a una formación integral.

## Descripción

El área de Educación Física, en este ciclo, pretende desarrollar en el estudiante competencia que propicien:

- a) *El desarrollo y el mejoramiento de sus cualidades orgánicas y neuromusculares, que favorecen la adquisición de hábitos relacionados con su salud y el cuidado corporal.*
- b) *La técnica e iniciación táctica, deportiva y recreativa, en los deportes colectivos e individuales.*

Para el logro de la competencia del área para este ciclo, se establecen **descriptores** por grado, presentados con el título **Alcance de la competencia en el 7° grado**, en este caso. Allí, se explicita el alcance, es decir, hasta dónde se espera que el estudiante de este grado llegue en relación con la competencia del ciclo. Luego, se definen las **Unidades temáticas** y las **Capacidades** que serán desarrolladas en cada grado.

Las unidades temáticas planteadas son las mismas para los tres grados y cumplen la función de aglutinar las capacidades que se relacionan entre sí. A continuación, se explicitan las mencionadas unidades y los aprendizajes que se esperan alcanzar a través del desarrollo de las mismas.

### → **Condición física y salud**

En esta unidad temática, se incluyen capacidades referidas al mejoramiento de las cualidades

orgánicas y neuromusculares y la adquisición de hábitos relacionados con la salud y el cuidado del cuerpo.

Para el efecto, se aborda el reconocimiento de la importancia del examen médico y los test de evaluación física, como también la realización de ejercicios de calentamiento, ejercicios posturales, de orden, locomoción y flexibilidad, acordes al nivel evolutivo de los estudiantes.

### → **Deporte y recreación**

En esta unidad, se enfatizan, por un lado, los deportes (individuales y colectivos) y, por otro, la recreación. En cuanto a los deportes individuales, se enfatiza la aplicación de técnicas de carrera, salto largo y lanzamiento de bala. Y en cuanto a los deportes colectivos, se trabaja la aplicación de las reglas y los fundamentos técnico-tácticos básicos del hándbol. Al mismo tiempo, se fomentarán actitudes de cooperación, respeto, tolerancia y sentido de pertenencia al equipo del cual formará parte.

Con referencia a la recreación, se abordan cuestiones referidas a la organización de actividades al aire libre, la importancia de la participación de este tipo de actividades, así como el aprovechamiento positivo del tiempo libre, el mejoramiento de la condición físico-motriz, el relacionamiento



personal y social armónico y la interacción efectiva con el entorno.

El programa incluye, además, un apartado referido a las **Orientaciones metodológicas**. En este apartado se proponen estrategias didácticas que pretenden estimular el desarrollo de las capacidades establecidas para el grado.

En este sentido, se sugieren experiencias de enseñanza y de aprendizajes que se caracterizan por ser significativas, innovadoras y flexibles, como también por propiciar el trabajo cooperativo.

Así mismo, en este apartado, se contemplan las intervenciones didácticas a ser consideradas para el tratamiento de la equidad de género, la atención a la diversidad y el Componente Fundamental. Y, además, se incluyen unas orientaciones referidas a las

posibilidades de uso de las lenguas oficiales en el proceso didáctico.

Otro elemento curricular del programa refiere a las **Orientaciones generales para la evaluación de los aprendizajes**. En este apartado, se explicitan los propósitos de la evaluación de los aprendizajes y se proponen diferentes procedimientos e instrumentos evaluativos que permiten evidenciar el logro de las capacidades. Las estrategias de evaluación sugeridas, pretenden constituirse en procesos de regulación para potenciar las capacidades del estudiante.

Por último, con la intención de ofrecer un mayor marco referencial que contribuya a facilitar la labor del docente, se plantea un **Glosario técnico** y una amplia **Bibliografía**, la cual fue consultada para la construcción del programa.

## Competencia del área para el tercer ciclo

*Realiza actividades físicas, deportivas y recreativas que favorezcan su desarrollo corporal, cognitivo y afectivo.*

## Alcance de la competencia en el 7° grado

*En relación con la competencia del área, en este grado, se espera que el estudiante:*

Realice ejercicios de calentamiento, ejercicios posturales, de orden, desplazamiento y flexibilidad, consolidando el desarrollo de sus cualidades psicomotrices; mejore en la técnica de la carrera de velocidad, el salto largo y el lanzamiento de bala, fortaleciendo sus cualidades físico-motrices; aplique la técnica y la táctica en jugadas simples del hándbol, afianzando las habilidades y destrezas motrices, y participe en distintas actividades recreativas en contacto con el medio ambiente, reconociendo los beneficios en la mejora de su salud que posibilita este tipo de actividades.

## Capacidades para el 7° grado

UNIDADES TEMÁTICAS	CAPACIDADES
<p><b>Condición física y salud</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ <b>Interpreta</b> la importancia del examen médico y los test de evaluación física como medios que determinan su estado de salud y su condición física inicial.</li> <li>→ <b>Conoce</b> una sesión de actividad física o entrenamiento:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto</li> <li>• Partes: inicial, principal y final.</li> <li>• Frecuencia cardiaca: concepto, cálculo, zonas y momentos para tomarla, y su importancia.</li> </ul> </li> <li>→ <b>Realiza</b> rutinas de calentamiento general para la práctica de actividades físicas, recreativas o deportivas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Calentamiento general:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto</li> <li>- Duración</li> <li>- Beneficios</li> <li>- Tipos de ejercicios.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>→ <b>Analiza</b> los tipos de resistencias orgánicas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto</li> <li>• Tipos:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aeróbica</li> <li>- Anaeróbica.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>→ Ejecuta ejercicios de desplazamientos, orden y para la postura corporal.               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios de orden:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- Filas</li> <li>- Columnas</li> <li>- Numeración.</li> </ul> </li> <li>• Ejercicios de desplazamientos:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- Marcha y trote con variación en el ritmo y la dirección.</li> </ul> </li> <li>• Ejercicios para la postura corporal:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>- Correctivos y de fortalecimiento muscular.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>→ <b>Ejecuta</b> ejercicios de flexibilidad en diferentes movimientos corporales según la actividad física o</li> </ul>

UNIDADES TEMÁTICAS	CAPACIDADES
	<p>deportiva a realizar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flexibilidad:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto</li> <li>- Componentes: movilidad articular, elasticidad y plasticidad muscular</li> <li>- Importancia.</li> </ul> </li> <li>• Formas de trabajar:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estática y dinámica</li> <li>- Individual y grupal</li> <li>- Con y sin elementos.</li> </ul> </li> </ul> <p>→ <b>Reconoce</b> los beneficios de la práctica sistemática de las actividades físicas, deportivas y recreativas en la mejora de su salud.</p>
<p><i>Deporte y recreación</i></p>	<p>→ <b>Analiza</b> las cualidades físico-motrices implicadas en la práctica de las modalidades atléticas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Carreras de velocidad</li> <li>• Salto largo</li> <li>• Lanzamiento de bala.</li> </ul> <p>→ <b>Aplica</b> las reglas y las técnicas de la carrera de velocidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases de la carrera:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Salida</li> <li>- Carrera propiamente dicha:                   <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ aceleración</li> <li>✓ mantenimiento de la velocidad</li> <li>✓ desaceleración</li> </ul> </li> <li>- Llegada</li> </ul> </li> </ul> <p>→ <b>Aplica</b> las reglas y las técnicas del salto largo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases de salto:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aproximación</li> <li>- Impulso</li> <li>- Vuelo</li> <li>- Caída.</li> </ul> </li> </ul> <p>→ <b>Aplica</b> las reglas y las técnicas del lanzamiento de la bala:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fases del lanzamiento:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación</li> </ul> </li> </ul>

UNIDADES TEMÁTICAS	CAPACIDADES
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanzamiento propiamente</li> <li>- Recobro.</li> <li>→ <b>Analiza</b> las cualidades físico-motrices involucradas en la práctica del hándbol.</li> <li>→ <b>Analiza</b> la preparación técnica, táctica y las reglas para la práctica del hándbol: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparación técnico-táctica: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto</li> <li>- Características</li> <li>- Importancia.</li> </ul> </li> </ul> </li> <li>→ <b>Aplica</b> las reglas, las técnicas y las jugadas tácticas simples de ataque y defensa en el hándbol.</li> <li>→ <b>Participa</b> en las distintas actividades deportivas y recreativas, en un marco de cooperación y respeto.</li> <li>→ <b>Participa</b> en actividades recreativas en contacto con el medio ambiente (caminatas, paseos).</li> </ul>

## Orientaciones metodológicas

La Educación Física pretende el desarrollo integral del educando, es decir potenciar no solo el aspecto motriz, sino también los dominios cognitivo y afectivo del sujeto que aprende. A este efecto, la metodología abordada por el profesor debe considerar estos dominios del aprendizaje de una manera conveniente y razonada.

Asimismo, el docente debe tener presente que resulta decisivo el desarrollo de las clases en un ambiente favorable y ameno, para que los alumnos se desarrollen, tanto física como mentalmente, y se sientan más motivados. Al respecto, Moreno (1999) plantea:

*"El alumno motivado se manifiesta en el grupo clase por diferentes conductas: es activo, se agota,*

*atiende las explicaciones, e incluso las cuestiona, ayuda a los compañeros, quiere hacer más, adelantarse a su turno, está alegre, se interesa por su actuación, repite sus ejercicios y se entrena fuera del curso, en síntesis, **siente placer y deseo de ejercitarse y aprender Educación Física**".*

Por lo tanto, es fundamental que el docente realice los esfuerzos necesarios para poner al servicio de la clase una amplia y diversificada gama de actividades y ejercicios orientados al desarrollo de las capacidades, a fin de mantener el interés y la motivación de los estudiantes. Por ello, se insiste en la importancia de la planificación, para ofrecer a los estudiantes espacios didácticamente pensados y preparados, de modo a facilitar el desarrollo de sus capacidades.

### La prioridad: el desarrollo de las capacidades

Las estrategias metodológicas aplicadas en el área pueden ser múltiples. Las mismas deben posibilitar el desarrollo de las capacidades establecidas en el programa de estudio.

En este sentido, las exhibiciones y/o clausuras gimnásticas, las competencias como las olimpiadas o torneos intercurios, entre otros, conllevan un proceso que, por un lado, proporcionan espacios para el desarrollo de

capacidades y, por otro, permiten evidenciar el logro de las mismas.

Este tipo de actividades se constituyen en experiencias estimulantes e interesantes, así como en espacios donde los padres y otros miembros de la comunidad educativa pueden observar y evidenciar las habilidades y destrezas desarrolladas por parte de los estudiantes durante un periodo determinado.

Sin embargo, es importante recordar que estas opciones no son las únicas estrategias metodológicas ni evaluativas a las que el docente puede recurrir para evidenciar el logro de las capacidades. Es más, por ejemplo, las exhibiciones gimnásticas (el evento en sí) no deberían ser utilizadas con fines de evaluación sumativa (menos como la única instancia), pues esas habilidades y destrezas ya debieron ser evaluadas con anterioridad. Un evento como una exhibición gimnástica debe tomarse como un espacio social, de interrelación positiva entre la escuela y la comunidad, y no necesariamente como una instancia de evaluación sumativa.

Ahora bien, es posible observar el desempeño de los estudiantes en todo el proceso de preparación, si se decide realizar este tipo de evento. Y, entonces, es posible, incluso recomendable, desarrollar y evaluar aspectos relacionados con las habilidades sociales e interpersonales, tales como el interés, la participación, la cooperación, el trabajo en equipo en pos de metas comunes, entre otros. Para ello, deben elaborarse indicadores claros que refieran a las

capacidades incluidas en el programa de estudio.

Cabe destacar, que todas las actividades realizadas en la institución deben enmarcarse dentro del aspecto educativo. Por tanto, se deben evitar aquellas actividades ajenas a la propuesta establecida en el programa y descartar, además, la idea de competitividad cuando la misma podría generar conflictos, violencia y gastos innecesarios e injustificados.

Es decir, la escuela es un espacio de aprendizaje, de convivencia democrática, donde la principal función del docente es desarrollar las capacidades de los estudiantes. Y los torneos, las distintas competencias deportivas son espacios ideales para la práctica de valores como el respeto, la perseverancia, la disciplina, la empatía, etc. Sin embargo, debe asegurarse que las actividades organizadas se enmarquen en lo académico, y no se pierda la esencia de este tipo de emprendimientos, teniendo en cuenta que son estrategias interesantes para el desarrollo físico, síquico y social del estudiante.

*Durante el desarrollo de los procesos que involucran las actividades mencionadas, el docente debe acompañar en todo momento a sus estudiantes; es decir, es necesario dirigir, corregir y evaluar cada paso del proceso como responsable del área.*

Con la intención de ofrecer pautas pedagógicas que encaucen el quehacer del docente de Educación Física y potencien el aprendizaje del estudiante, se proponen a continuación:

- Estrategias generales que deben ser consideradas para el desarrollo efectivo de las capacidades.
- Métodos de enseñanza.
- Estrategias específicas que favorecen el desarrollo de las capacidades.
- Tratamiento del Componente Fundamental, la equidad de género y la atención a la diversidad.
- Orientaciones sobre el uso de las lenguas oficiales como lenguas de enseñanza.

## Estrategias generales

**En líneas generales, es importante considerar las siguientes recomendaciones:**

- Seleccionar tareas considerando el nivel de desarrollo del estudiante, es decir, sus características físicas, orgánicas, emocionales y mentales.
- Plantear actividades cada vez más complejas a fin de que los mismos construyan nuevos aprendizajes.
- Seleccionar las actividades conforme a la infraestructura escolar (pistas, canchas, polideportivos, patio) y al equipamiento (pelotas, colchonetas, cuerdas, aros, bastones, entre otros) con los que se cuentan.
- Utilizar adecuadamente los materiales didácticos de tal manera que no representen peligrosidad su uso o manipulación.
- Generar vínculos afectivos, de respeto, tolerancia, colaboración, y empatía entre los estudiantes.
- Planificar procesos de aprendizaje que propicien el mayor número posible de experiencias en el estudiante y que favorezcan al desarrollo de las capacidades establecidas para el grado.
- Promover y facilitar al estudiante experiencias que fortalezcan el desarrollo de la autoestima, la autosuperación, la curiosidad, la creatividad y el respeto al medio ambiente.
- Plantear actividades físicas, deportivas y recreativas en situaciones reales, adaptadas y lúdicas. De esa forma, evitar la realización repetitiva de ejercicios sin finalidad concreta, que no generan en el estudiante interés real, sino que meramente el interés por la aprobación de la materia.
- Recalcar y concienciar al estudiante sobre la relevancia del calentamiento, ya que el mismo



debe formar parte del inicio de cualquier actividad física, deportiva y recreativa.

- Plantear el abordaje de otros deportes colectivos con enfoque

recreativo atendiendo la cultura deportiva de la comunidad y la carga horaria disponible.

## Métodos de enseñanza

Los métodos contribuyen a organizar y clarificar las actividades, ya que no existe un “estilo ideal”, y generalmente, en una misma sesión de clase, se dan varios estilos al mismo tiempo. El docente durante el proceso de enseñanza utiliza diversos métodos, conforme a los objetivos que pretende alcanzar. Entre estos métodos, tenemos:

### Enseñanza directa

Su objetivo consiste en provocar una o varias respuestas en uno o varios alumnos, como consecuencia del estímulo del profesor, quien determina los objetivos, elige las actividades, la calidad y cantidad de movimientos (inicio-final-ritmo-repeticiones), observa, corrige y valora. Este tipo de enseñanza propone:

- a) Conceder el tiempo para la práctica de los ejercicios. Se observa minuciosamente el cumplimiento a cabalidad de las acciones en forma individual o grupal.
- b) Dar información sobre la actividad durante la práctica. Si es necesario, detener dicha actividad y hacer las sugerencias para encausarla mejor, a fin de afianzar las habilidades, destrezas o movimientos practicados.

### Enseñanza por asignación de tareas

Su objetivo es desarrollar en el alumno una autonomía de comportamiento, considerando las diferencias individuales referidas a las cualidades físicas como al ritmo de aprendizaje. La intervención del docente es directa en algún momento (determina objetivos, planifica y evalúa), pero se transfiere al estudiante la toma de decisiones a la hora de realizar los ejercicios (inicio-final-cantidad de trabajo-ritmo-otro).

### Enseñanza recíproca

Este estilo implica el desarrollo de un proceso de socialización y comunicación entre los estudiantes dentro de la clase. Hace referencia al proceso de construcción y evaluación de aprendizajes entre pares.

En este caso, el docente indicará con precisión las diferentes funciones que deben cumplir los participantes y los criterios que les permitan descubrir los errores en los movimientos de sus pares. Los criterios a tener en cuenta para corregir dichos errores son de competencia exclusiva del docente.

## Enseñanza por programa individualizado

Implica mayor autonomía del estudiante quien organiza y ejecuta sus propias actividades en forma individual o grupal. Se trabaja con fichas o tarjetas de

programas de ejercicios y evaluación. Este método puede utilizarse además en las prácticas extra clase, a fin de consolidar el aprendizaje de las habilidades motrices y las cualidades físico-orgánicas.

*Es importante recalcar que durante los distintos momentos didácticos el docente debe trabajar la concienciación, los valores y la reflexión crítica, que ayudarán al estudiante en la consolidación de sus aprendizajes.*

## Estrategias específicas que favorecen el desarrollo de las capacidades

Las capacidades del área de Educación física en su mayoría están enunciadas a través de verbos que expresan el *hacer* (ejecuta, practica, realiza). Sin embargo, en el momento de abordar los procesos que hacen al desarrollo de las mismas, deben ser consideradas los tres dominios, es decir, el cognitivo, el motriz y el afectivo.

En lo que respecta al aspecto **cognitivo**, el mismo se puede trabajar a través, de la presentación de trabajos bibliográficos, de investigación, exposiciones, tareas escritas realizadas en forma individual o grupal.

En cuanto al aspecto **afectivo**, se puede trabajar a través del desarrollo de los valores, tales como los lazos de amistad, el compañerismo, el respeto, la perseverancia, el compromiso, etc. además, debe trabajarse el valor de los contenidos y las capacidades que van desarrollando, su importancia para la vida

cotidiana, la conciencia sobre la importancia del cuidado del cuerpo, etc.

Con respecto al aspecto **motriz**, se desarrollará a través de una selección cuidadosa de los ejercicios y actividades, deportes y juegos, considerando el desarrollo evolutivo-motriz del estudiante, así como de los materiales. En este sentido, el docente debe realizar la adecuación curricular de acuerdo con su realidad.

En el momento de la planificación, el docente debe seleccionar, distribuir e integrar las capacidades, de acuerdo con las intencionalidades pedagógicas que desea alcanzar. Así, puede darse que, por ejemplo, en una misma clase se desarrollen en forma integrada más de una capacidad.

Además, debe considerarse la posibilidad de realizar trabajos con un abordaje interdisciplinario, es decir, actividades o tareas que pueden ser planificadas y

ejecutadas en forma conjunta con colegas docentes de otras áreas académicas. Por ejemplo, existen múltiples posibilidades de trabajar en forma conjunta con el área de Ciencias de la Naturaleza y de la Salud en los aspectos referidos a salud; con el área de Lengua y Literatura Castellana y Lengua y Literatura Guaraní, en el desarrollo de tareas de investigación bibliográfica, producciones escritas sobre temas como los deportes, la práctica de actividades

físicas, la importancia de una alimentación equilibrada, etc.

Vista así, Educación Física dejará de ser un área aislada de las demás, un área que para muchos solo enfatiza el aspecto físico, y pasará a convertirse en lo que realmente es: un espacio académico que implica el desarrollo de capacidades que refieren al aspecto físico, pero además, a los aspectos intelectual y actitudinal, y contribuye a la formación integral de los estudiantes.

### Ejemplos

A continuación, se plantean algunas capacidades del séptimo grado con sus procesos y algunas estrategias didácticas específicas que posibiliten su desarrollo. Se reitera que constituyen solo en ejemplos que pretenden facilitar la tarea del docente.

#### Ejemplo 1

*Realiza rutinas de calentamiento general para la práctica de actividades físicas, recreativas o deportivas.*

Para el desarrollo de esta capacidad, se podrían aplicar las siguientes estrategias:

- **Breve exposición dialogada profesor-estudiante.**  
El docente dará a los estudiantes una breve explicación de lo que realizará durante el desarrollo de la clase, los objetivos propuestos, así como los criterios de comportamiento antes, durante y después de las prácticas.
- **Realización de tareas individuales o grupales para la investigación bibliográfica.**  
En este punto el docente dará tareas de investigación, tanto individuales como grupales, permitiendo a través de estos trabajos, la mejor interpretación por parte del estudiante de los fundamentos, conceptos, partes y efectos del calentamiento general. Es importante que el docente remita a fuentes determinadas (ciertos libros, ciertas páginas de Internet, etc.) que contengan la información básica sobre el tema, y que los alumnos busquen por su parte otras fuentes para enriquecer su trabajo.
- **Presentación de los resultados de la investigación a partir de gráficos, resúmenes o clases prácticas.**

En este momento, se podrá constatar el resultado de las tareas de investigación realizadas, a través de presentaciones que los estudiantes harán. Éstas pueden ser orales, escritas o una clase práctica. Necesariamente, debe insistirse no solo en la presentación de la información, sino en su interpretación crítica, la emisión de opiniones argumentadas (cuando el tema permite) y la valoración del trabajo realizado.

A modo de ejemplo, se presenta la estructuración básica de un calentamiento general, con algunas actividades y el tiempo promedio de trabajo aproximado para cada parte. Es importante recordar que el calentamiento consta de tres partes bien definidas.

## **1ra: Parte general. Tiempo 5 / 10 minutos.**

- **Activación general**

En esta parte, se realizan las tareas de trote suave y variado con el objetivo de incrementar la temperatura corporal, flexibilizar de los músculos y las articulaciones, de tal forma a preparar el cuerpo para la actividad (se podría trabajar a través de juegos interactivos).

- **Movilidad articular.**

Aquí se trabajan los ejercicios de movilidad articular como las del cuello, brazos, piernas y tronco.

- **Ejercicios físicos de mayor intensidad.**

En este punto, se trabajan algunos ejercicios más generales según la modalidad física, deportiva o recreativa a desarrollar, dando una mayor intensidad en el momento de la ejecución.

## **2da: Parte específica. Tiempo 5 / 15 minutos.**

- **Movilidad específica a través de desplazamientos, frontales, laterales, etc.**

Aquí se aplican ejercicios técnicos propios de la modalidad o disciplina deportiva a trabajar con ejercicios de desplazamientos variados.

- **Movilidad articular de los segmentos corporales implicados.**

En este punto, se enfatizan los ejercicios de movilidad articular propios de la actividad deportiva, en este caso, ejercicios que involucran a las articulaciones de los brazos y piernas para la práctica del hándbol.

- **Ejercicios físicos específicos de más intensidad.**

Estos ejercicios enfatizan los ejercicios musculares de los brazos y piernas dándoles una intensidad específica de trabajo como la potencia, la fuerza, la coordinación, la agilidad etc.

**3ra: Parte técnica. Tiempo 5 / 15 minutos.**

- **Ejercicios técnicos generales con materiales propios de la disciplina.**

Aquí se empieza con los trabajos técnicos en forma general, por ejemplo: ejercicios con la pelota, donde el estudiante se familiariza con el elemento deportivo característico (toques, saques desplazamientos, etc.)

- **Ejercicios técnicos específicos de la parte táctica a desarrollar.**

En este punto, se inician los trabajos técnico-tácticos donde el estudiante se familiariza con los fundamentos tácticos conociendo las posiciones básicas de defensa y ataque.

- **Estiramientos específicos.**

Es importante que tanto al inicio como en el final de la clase o del calentamiento se realicen ejercicios de estiramientos específicos, según la modalidad seleccionada, de manera a trabajar las musculaturas que tendrán participación preponderante durante el desarrollo de la actividad.

*Es importante recordar que el tiempo total asignado al calentamiento debe ser entre 10 y 30 minutos, dependiendo del tipo de actividad física, deportiva o recreativa a desarrollar. Se recuerda que para las actividades deportivas como el atletismo en cualquiera de sus modalidades, o en la deportiva como el hándbol, el voleibol o el fútbol, el calentamiento se debe realizar dentro de los parámetros fisiológicos evolutivos del estudiante.*

**Ejemplo nº 2**

***Aplica** las reglas, las técnicas y las jugadas tácticas simples de ataque y defensa en el hándbol.*

Por ello el desarrollo de esta capacidad implica los siguientes procesos:

- a) Conocer y aplicar las reglas.
- b) Practicar las técnicas (pases, recepciones, lanzamientos, desplazamientos).
- c) Practicar jugadas tácticas simples de ataque.
- d) Practicar jugadas tácticas simples de defensa.

En cuanto a:

**a) Conocer y aplicar las reglas del juego:** Los estudiantes deben conocer las reglas del juego para poder aplicarlas en situaciones prácticas. Para ello, se puede emprender una investigación bibliográfica, realizar lecturas compartidas del reglamento, dividir el estudio de determinadas reglas por grupo y, luego, compartir lo analizado en plenaria; organizar una conferencia sobre las reglas (el propio docente o un alumno que se ha preparado para el efecto puede ser el conferencista; también, podría invitarse a un árbitro de hándbol como conferencista, etc.). Se podrían analizar materiales audiovisuales sobre el tema, analizar jugadas polémicas y discutir sobre las dudas que tienen los estudiantes acerca de las reglas, entre otras actividades.

**b) Aplica las técnicas**

- **Tipos de pases** (hombro, saltando, de cintura, en suspensión, de pecho, de pronación o revés, sobre cabeza. (con una mano, con dos).
- **Tipos de lanzamientos** (tiros al arco, tiros laterales al arco, tiros al arco con caídas, tiros desde el punto penal).
- **Tipos de desplazamientos** (con balón y sin balón; con marca, sin marca; con pelota y sin pelota).
- **Tipos de recepciones** (baja, alta, con una mano, con dos manos).

En este momento del proceso, es posible partir del análisis de documentos audiovisuales que sirvan de ejemplos de la aplicación de ciertas técnicas. Luego, el proceso sigue con la práctica en el campo de juego. Los estudiantes deben realizar las actividades, practicar con el balón las técnicas, bajo la dirección del docente.

**c) Aplica jugadas tácticas simples de ataque y defensa.**

Implican los siguientes procesos:

- Marcación zonal en defensa.
- Marcación zonal en ataque.
- Desplazamientos defensivos con pelota y sin ella.

Es importante recalcar que tanto en las acciones ofensivas y como en las defensivas, los jugadores deben conocer su función y ubicación en el esquema de juego.

Es importante que durante el proceso de la práctica o posterior a ella, se lleve a la reflexión los fundamentos de estas tácticas, incluyendo un análisis de las ventajas y desventajas que pueden representar durante el juego. Además, cabe considerar que existen muchas otras alternativas de jugadas tácticas de defensa y de ataque que los estudiantes deben ir conociendo y analizando en qué momentos o situaciones pueden ser utilizados.

Es importante recalcar que el hándbol, como todo deporte colectivo, permite el desarrollo de destrezas y habilidades físico-motrices (coordinación, equilibrio, ritmo, fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad y relajación); así también, el desarrollo del compañerismo, el juego en equipo, el respeto hacia el adversario y la aplicación correcta de las reglas.

## Tratamiento del Componente Fundamental, de la equidad de género y de la atención a la diversidad

El tratamiento del Componente Fundamental, de la equidad de género y de la atención a la diversidad se visualizará en el quehacer didáctico a través del desarrollo de las capacidades del área. Para el efecto, a continuación, se proponen algunas estrategias.

### Componente fundamental

Las intervenciones didácticas a ser consideradas en el área de Educación Física para el tratamiento del componente fundamental podrían ser las siguientes:

- a. **Educación ambiental:** esta será abordada en el área como tema transversal en función a la utilización adecuada del espacio donde se desarrollarán las actividades físicas; asimismo, se velará por la aplicación de normas de seguridad e higiene durante las actividades, y por la utilización de equipos deportivos adecuados, con la intención de velar por la seguridad del estudiante y del grado, como también, por mantener el ambiente limpio, ordenado y libre de contaminación.

De manera puntual, se recomienda cuanto sigue:

- Disponer de los materiales deportivos de manera ordenada y contar con un registro de los mismos.
- Acondicionar los equipos deportivos una vez terminada su utilización.



- Contar con la indumentaria adecuada para el desarrollo de las actividades que se pretenden realizar.
  - Empezar acciones que favorezcan la mitigación de la contaminación ambiental mediante la limpieza del lugar una vez terminadas las actividades físicas deportivas.
  - En los paseos o excursiones, evitar la contaminación del ambiente en cualquiera de sus formas: depositar la basura en el lugar correspondiente, evitar el derramamiento de líquido contaminante en los arroyos, etc.
  - Promover el cuidado y la conservación de los recursos naturales en todo momento, tanto en la institución educativa como en los lugares donde se realizan las actividades fuera de la institución.
  - Propiciar espacios para realizar el análisis de la importancia de contar con un ambiente saludable para el desarrollo de las actividades deportivas y recreativas.
- b. **Educación familiar:** con el propósito de fortalecer el relacionamiento entre los miembros de la familia, los actores educativos y los miembros de la comunidad, este componente será abordado a través del involucramiento de la familia en las diferentes actividades físicas, deportivas y recreativas. Así, por ejemplo, podrían participar en paseos, caminatas, excursiones, campamentos, torneos deportivos, entre otras.
- c. **Educación democrática:** este componente será abordada como tema transversal desde el área propiciando la práctica de los valores como la participación y convivencia armónica y democrática. Se sugiere, además, evitar cualquier tipo de discriminación en la realización de las actividades. Para ello, se recomienda:
- Aplicar estrategias que posibiliten la participación del estudiante en: discusiones, debates, proyectos, trabajo grupal, entre otros, estas se darán en un marco del respeto por las ideas del otro aunque no siempre se comparta.
  - Estrategias que posibiliten la participación del estudiante en: discusiones, debates, proyectos, trabajo grupal, entre otros, estas se darán en un marco del respeto por las ideas del otro aunque no siempre se comparta.
  - El cuidado de las pertenencias propias y ajenas. Ejemplo: el cuidado los materiales deportivos, propios y ajenos, durante la práctica de las actividades físicas deportivas; por ejemplo casi siempre se da, que no se cuenta con los materiales o elementos deportivos propios de la institución, recurriendo en muchos casos a la utilización de elementos deportivos que los estudiantes traen de sus casas, por ellos es importante que los estudiantes comprendan y cuiden dichos elementos, así como aquellos que la institución educativa tiene.



- La resolución de situaciones problemáticas que pudieran surgir en relación a la actividad deportiva o reglamentaria, por ejemplo durante el desarrollo de una actividad deportiva siempre surgen discusiones sobre cuestiones reglamentarias, cuando se plantean dichos casos, tratar siempre de resolver el conflicto en un marco de equidad y respeto, sin desmerecer ni discriminar a ninguna de las partes, inculcando el respeto y la tolerancia, en todo momento.

## Equidad de género

Las intervenciones didácticas a ser consideradas para el tratamiento de la equidad de género enfatizarán el desarrollo de valores, actitudes y comportamientos que reflejen igualdad en el relacionamiento entre las personas:

En este sentido, durante el proceso de enseñanza y aprendizaje se promoverá:

- Trato igualitario en el desarrollo de las actividades entre los estudiantes, independientemente a su sexo. Ejemplo: desde el área se propiciará la participación de todos y de todas, incluyendo a estudiantes con algún problema físico-orgánico. Deben proponerse actividades adecuadas a sus posibilidades, pero no quedarán marginados del grupo.
- El rechazo a toda forma de discriminación. Ejemplo: las actividades grupales serán organizadas entre los estudiantes sin preferencias por: características físicas, sexo, características culturales, etc.
- La toma de decisiones responsables e informadas. Se propiciará la toma de decisiones dentro de un marco de respeto y equidad en la que se respeten y garanticen un trato igualitario entre los estudiantes.
- El respeto por la dignidad y el valor de todos los seres humanos. Ejemplo: propiciar un clima afectivo y de respeto durante la realización de las actividades físicas y deportivas que demanden por parte del estudiante la realización de trabajos en equipo, la práctica de la equidad a través de las acciones que se realizan, cuidando el lenguaje que se utiliza, así como los materiales deportivos. Así, por mencionar, se deben evitar subestimar al compañero o a la compañera cuando se emprenden las actividades propias del área.
- Estrategias didácticas que inviten al análisis, la reflexión, la crítica constructiva acerca de las vivencias observadas, manifestadas y practicadas sobre el trato igualitario durante las experiencias vividas en el área o en su contexto.

## Atención a la diversidad

La atención a la diversidad debe considerarse en su doble función: por un lado, favorece a una educación física integral, y, por otro lado, a la aceptación de que no todos somos iguales, y que es importante aceptar y respetar esas diferencias. Para ello, el docente puede propiciar situaciones pedagógicas, fomentando la igualdad de roles, a través de una participación mixta, sin distinción de sexo, o niveles de habilidad o destrezas y con un creciente nivel de exigencia.

Para el tratamiento de la atención a la diversidad, desde el área, se pueden emprender las siguientes acciones:

- Promover en los procesos de enseñanza-aprendizaje el respeto hacia las diferencias individuales. Ejemplo: respetar el ritmo de aprendizaje en la práctica deportiva y durante la manipulación de los elementos deportivos, evitando las burlas y las acciones despectivas hacia los compañeros con menos habilidades y aptitudes físicas.
- Utilizar materiales didácticos deportivos que favorezcan al aprendizaje de todos los estudiantes. Para el efecto, se tratará de contar con materiales que ayuden a los estudiantes en su formación física y cognitiva (libros sobre los diferentes deportes y sus reglas, etc.), para lograr una mejor comprensión de lo que se desea que el estudiante aprenda.
- Adecuar las actividades físicas y deportivas a las características físicas y morfológicas del grupo de estudiantes. Para el efecto, se indagará acerca de las experiencias previas del estudiante, con relación al nuevo aprendizaje que se pretende desarrollar. Esto ayudará al docente a encauzar su planteamiento didáctico de manera a lograr una mayor comprensión de los nuevos aprendizajes.
- Replantear o modificar, parcial o totalmente, las actividades físicas y deportivas para todo el grupo o para algunos de los estudiantes, cuando se considere necesario, de manera a velar por el aprendizaje integral de los estudiantes.
- Retroalimentar constantemente durante el proceso de aprendizaje según las necesidades de los estudiantes del grupo grado. La retroalimentación podría realizarse de varias formas: entre estudiante y estudiante, estudiante y docente, entre estudiante y otro docente especialista, estudiante y equipo técnico, estudiante y padre de familia. Para el efecto, conviene emplear técnicas pertinentes que favorezcan el aprendizaje y faciliten a los estudiantes recuperar aquellos saberes no comprendidos o no logrados en un momento, pero que con un poco de ayuda se podrán superar.

## Mba'éichapa ikatu jaipururu mokõive ñane ñe'ẽ ñambo'ekuévo temimbo'ekuérape

### Iporã jahechakuaa ã mba'e

Ojehecháva'erã mba'e ñe'ẽpa ojepurúta oñembokatupyry haḡua temimbo'ekuérape. Jahechakuaava'erã ñane remimbo'ekuéra rehe mba'e ñe'ẽpa oipuruve hikuái oñomongeta haḡua ñanendive, ambue mbo'eharakuéra ndive ha hapichakuéra ndive avei. Heta jey jajuhutañaína oíha oñe'ëvéva guaraníme térã katu kastelláno oipuruvéva.

Upéva jahechakuaa rire, jaipurúta upe ñe'ẽ oipytyvõ mbaretevétava ñane remimbo'ekuérape ikatupyry haḡua, oikũmby haḡua pe ja'eséva ichupekuéra. Ñande mbo'ehára niko jahechava'erã mba'épa ikatu jajapo jahekombo'e haḡua hekopete ha iñe'ëteépe ñane remimbo'ekuérape. Aḡakatu, avei ñahekombo'eva'erã chupekuéra ambue ñe'ëme. Upekuévo, ñane remimbo'ekuéra ikatupyryvéta ahóvo iñe'ëjoapy jepurúpe. Péicha rupi, ko'ã mba'e ikatu jajapo:

- Jaiporavo umi mbo'epy apytégui mba'épa ñambo'éta guaraníme ha mba'épa kastellánope.
- Ñambo'e peteĩ mbo'epy mokõive ñe'ëme. Ikatu ningo ñamoñepyrũ guaraníme, ñambohete kastellánope ha ñamohu'ã guaraníme; térã katu kastellanoperaẽ ha upéi guaraníme. Péva nde'iséi ñambojehe'ataha mokõive ñe'ë.
- Ñambo'e guaranimememete térã kastellanopememete peteĩ jasy pukukue. Ha upéi, ambue jasypekatu jaipurumava'erã ambue ñe'ë avei.
- Jahepyme'ëva'erã ñane remimbo'e kuaapykuéra pe ñe'ë jaipuruva'ekue ñambo'e haḡua rupive. Péva he'ise ñambo'éramo guaraníme peteĩ mbo'epy, jahechakuaakuévo ñane remimbo'e kuaapy, jaipurujeyva'erã katujete guarani. Ha upéichante avei kastellánope ñambo'éramo.

Ko'ã mba'e jajapokuévo, ndajaibe'aiva'erã ñane akãgui ñande ñamba'apoha ñane remimbo'ekuéra rehehápe. Opaite mba'eningo jajapo ha'ekuéra ikatupyryve ha hekoporãve haḡua.

## Orientaciones generales para la evaluación de los aprendizajes

En los procesos de enseñanza-aprendizaje, la evaluación cumple un rol preponderante, pues hoy en día se la concibe como un factor decisivo que favorece a la mejora de los aprendizajes, ya que proporciona distintas clases de informaciones que permiten tomar decisiones para el mejoramiento constante del quehacer educativo.

En este contexto, la evaluación es entendida como un proceso que implica la descripción cuantitativa y cualitativa sobre el aprendizaje del estudiante, la interpretación de dichas descripciones y, por último, la formulación de juicios de valor basados en la interpretación de las descripciones realizadas.

Para este efecto, es fundamental que el docente tenga claro qué espera que aprendan los estudiantes. Esto le facilitará la preparación de los procesos de aprendizajes, pues podrá centrar la

atención en lo importante, lo significativo; así mismo, podrá elegir los materiales y actividades más apropiados que requiere para el fin propuesto y, consecuentemente, podrá orientar la evaluación hacia la evidencia y la valoración de los aprendizajes propuestos.

Cabe destacar que, los procesos de aprendizajes deben ser coherentes con los procedimientos evaluativos. Esto no significa que las actividades de aprendizajes sean iguales a los dispositivos evaluativos, por el contrario, las actividades de evaluación requieren de situaciones nuevas, contextualizadas, transferibles y atrayentes. Además, implica la recogida de evidencias en situaciones reales, contextualizadas y variadas, como también, la aplicación de variados procedimientos e instrumentos evaluativos.

***La evaluación nos ayuda a comprender lo está pasando con los estudiantes en relación con el desarrollo de sus capacidades; al mismo tiempo, provee informaciones sobre todo lo relacionado con el proceso de enseñanza-aprendizaje: la efectividad de las actividades, el uso de los materiales, el ambiente de la clase, etc. Vista así, de la evaluación se convierte en una herramienta de apoyo que el docente debe utilizar con el fin de mejorar constantemente su práctica en beneficio de los estudiantes.***

**A continuación, se ofrecen algunas propuestas evaluativas con la intención de efectivizar los procesos de evaluación del aprendizaje:**

- Plantear preguntas referidas al tema que se va a trabajar, de modo tal que aproxime a los nuevos contenidos y al mismo tiempo se relacionen con las experiencias previas de los estudiantes.
- Presentar imágenes de actividades deportivas que se relacionan con los nuevos saberes y que suscite un debate, un diálogo o una interacción, con el fin de señalar la relevancia del tema y relacionar con experiencias próximas de los estudiantes.
- Solicitar a los estudiantes producciones de textos orales o escritos en las que tengan que expresar lo que saben acerca del nuevo contenido y lo que desearían saber, de tal modo a encauzar sus interrogantes, curiosidades e intereses.
- Corregir las producciones o los trabajos realizados por los estudiantes, incluyendo expresiones de aliento que los motive a progresar en su aprendizaje.
- Proponer actividades que permitan la observación directa del desempeño del estudiante.
- Presentar a los estudiantes una variedad de tareas que reflejen prioridades y desafíos tales como: realizar debates, elaborar implementos deportivos, realizar investigaciones, etc.
- Posibilitar experiencias deportivas que requieran de los estudiantes la aplicación de los conocimientos, habilidades y destrezas. De esta forma, irán mejorando su desempeño en contextos reales, evitando las situaciones forzadas y artificiales.
- Propiciar experiencias deportivas y/o recreativas, que posibiliten a los estudiantes mejorar actuaciones, yendo de lo más básico hacia lo más complejo.
- Ofrecer oportunidades para desarrollar en los alumnos aquellos talentos naturales en los cuales se sienten más fuertes. Si un estudiante, por ejemplo, muestra condiciones ideales para la práctica de algún deporte, se le debe apoyar a seguir adelante. Pero, por otra parte, también se le debe apoyar y dar oportunidades a aquellos que en un principio muestran dificultades. Es necesario darles la oportunidad para que progrese en su práctica ayudándole a superar los problemas.
- Elaborar indicadores de logro que sean representativos para verificar en qué medida el estudiante ha desarrollado de la capacidad en su globalidad y, en su defecto, reorientar desde sus inicios el desarrollo de la misma.
- Reflexionar con los estudiantes acerca de la necesidad de planificar y ejecutar una rutina de estudio para garantizar la adquisición de las capacidades. Así, por ejemplo, en el área de Educación Física se podría realizar una rutina de ejercicios o la práctica de actividades físicas, como caminar, trotar o correr por un determinado periodo de tiempo al día, o la realización de algún tipo de

deporte que contribuya al mejoramiento de las condiciones físicas, más allá del horario escolar.

- Diversificar los instrumentos para la recolección de información. Esto permitirá una comprensión más acabada acerca de la realidad del

estudiante y, consecuentemente, emitir un juicio de valor sustentado en informaciones fehacientes.

- En casos de los alumnos con necesidades educativas especiales, adaptar los instrumentos conforme a sus posibilidades.

Con la intención de contribuir a la labor de la práctica evaluativa, se han presentado orientaciones generales a ser consideradas. En esta misma línea, a continuación, se plantea una matriz que describe los procedimientos e instrumentos evaluativos que podrían utilizarse para valorar las capacidades desarrolladas en el área:

Procedimientos	Instrumentos
Observación	Registro de secuencia del aprendizaje Lista de cotejo Escalas de estimación Bitácoras
Pruebas	<p><b><u>Pruebas escritas que requieren la selección de respuestas</u></b> De selección múltiples De alternativa constante De respuestas breves Pareamiento.</p> <p><b><u>Pruebas escritas que requieren la producción de respuestas</u></b> Prueba de ensayo Prueba restringida.</p> <p><b><u>Orales:</u></b> Estructurada No Estructurada.</p> <p><b><u>Prácticas:</u></b> <b><i>De aptitud física:</i></b> Test para medir cualidades físicas Test para medir habilidades motoras. Test para evaluar rendimiento deportivo.</p>
Informes	Guía de entrevista Cuestionario Bitácoras.

A continuación, se incluyen algunos ejemplos de indicadores e instrumentos de evaluación que pretenden ilustrar cómo pueden ser evaluadas las capacidades del área.

### Ejemplo 1

Seguidamente, se presenta una matriz que contiene una capacidad seleccionada para el ejemplo, los indicadores asociados a la capacidad y los instrumentos que permiten constatar la presencia o ausencia de los indicadores. Los indicadores propuestos no abarcan toda la complejidad de la capacidad, dado que la idea es solo incluir unos ejemplos sencillos. Incluso los temas asociados a esta capacidad no han sido abarcados en su totalidad. Por tanto, el docente deberá elaborar otros indicadores más para llegar a abarcar toda la complejidad de esta capacidad.

Capacidad	Indicadores	Instrumentos
<p><b>Analiza</b> los tipos de resistencias orgánicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conceptos.</li> <li>- Tipos:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aeróbica.</li> <li>• Anaeróbica</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Define resistencia orgánica.</li> <li>• Identifica los tipos de resistencia.</li> <li>• Define la resistencia aeróbica.</li> <li>• Describe las características de la resistencia aeróbica</li> <li>• Identifica los beneficios de la resistencia aeróbica.</li> <li>• Define la incidencia de la resistencia aeróbica en el organismo.</li> <li>• Describe la resistencia anaeróbica.</li> <li>• Describe las características de la resistencia anaeróbica.</li> <li>• Identifica los beneficios de la resistencia anaeróbica.</li> <li>• Define la incidencia de la resistencia anaeróbica en el cuerpo.</li> <li>• Expone la importancia de la resistencia orgánica en el desarrollo orgánico.</li> </ul>	<p>Prueba oral, prueba escrita.</p> <p>Pruebas oral, prueba escritas.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionario.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p> <p>Prueba oral, prueba escrita, cuestionarios.</p>



Para constatar la presencia de los indicadores expuestos, a continuación, se plantean los algunos reactivos de prueba escrita y de prueba oral. No se pretende abarcar todos los indicadores, sino proponer unos reactivos a modo de ejemplo.

**Lee la siguiente historia y luego resuelve los planteamientos que se te presentan:**

*En un torneo de atletismo, José participó en una carrera 800 metros, estableciendo un tiempo de 2:15 segundos. Para él, este tiempo es una marca bastante positiva, pues ha mejorado su capacidad considerando que el año pasado llegó en 2:33 segundos en la misma competencia. Por tanto, hay una evolución positiva de su resistencia orgánica.*

**1. Considerando el ejemplo de la participación de Luis en la carrera de 800 metros, reflexiona sobre las siguientes preguntas y responde:**

- a) ¿Qué tipo de capacidad empleó durante esta carrera para completar la distancia?
- b) Utiliza el ejemplo de la carrera de 800 metros para determinar el momento en el que se emplea una u otra capacidad orgánica. Explica tu respuesta.
- c) ¿Cuáles son las principales características de la resistencia anaeróbica y la aeróbica? Utiliza el ejemplo para explicar tu respuesta.

**2. Completa el siguiente cuadro, identificando los beneficios e incidencias según el tipo de resistencia orgánica en el cuerpo.**

Tipos de resistencia	Beneficios	Incidencia
Resistencia aeróbica		
Resistencia anaeróbica		



**Ejemplo 2**

Se presenta un ejemplo más de una matriz, que ilustra una muestra de indicadores asociados a la capacidad y los instrumentos que permiten verificar el logro o no logro de los indicadores.

Capacidad	Indicadores	Procedimientos e Instrumentos
<p><b>Interpreta</b> la importancia del examen médico y los test de evaluación física como medios que determinan su estado de salud y condición física inicial.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconoce la importancia del examen médico inicial.</li> <li>• Determina los riesgos de la omisión del examen médico inicial en su estado de salud.</li> <li>• Describe los resultados del examen médico inicial realizado.</li> <li>• Explica la importancia de realizar examen médico inicial.</li> <li>• Explica la importancia de realizar los test de evaluación física inicial.</li> <li>• Determina los riesgos de la omisión los test de evaluación física en su estado de salud.</li> <li>• Describe los resultados del test de evaluación física realizado.</li> <li>• Considera su condición física inicial en base a los resultados obtenidos.</li> </ul>	<p>Estos indicadores podrían ser corroborados a través de la prueba escrita, la prueba oral, el registro de control, la bitácora, entre otros.</p>

Una manera de constatar los indicadores anteriormente citados, es por medio del cuestionario. A continuación, se presenta a modo de sugerencias la siguiente muestra.

Tipos de pregunta	Ejemplos de preguntas
De "por qué"	¿Por qué crees que es importante realizar un el examen médico inicial? ¿Por qué crees que es importante realizar los test de evaluación física inicial?
De "causa-efecto"	¿Qué pasaría si no realizas el examen médico inicial? ¿Por qué es importante analizar la condición física inicial en base a los resultados obtenidos
De "qué harías"	A partir de los resultados obtenidos del examen médico inicial ¿cómo debes actuar? A partir de los resultados obtenidos de la evaluación física inicial ¿cómo debes proceder?

La siguiente bitácora constituye otra manera de verificar la presencia o ausencia de los indicadores.

Área: Alumno/a:	Grado:
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Mediante el examen médico inicial me di cuenta de _____</li> <li>▪ A partir de los resultados obtenidos en el examen médico, me comprometo a: _____</li> <li>▪ Para que pudiera entender los resultados del test de evaluación física, el profesor propició las siguientes actividades: _____</li> <li>▪ Mediante los resultados del test de evaluación física comprendí que: _____ y por ello; me comprometo a: _____</li> </ul>	

Las propuestas presentadas en este material tienen como fin apoyar la práctica docente, brindándole algunos ejemplos. Las mismas pueden ser enriquecidas, o cambiadas por parte del docente atendiendo las características propias de los grupos y de los recursos disponibles, con el objetivo de optimizar el aprendizaje del estudiante.

## Glosario

### A

**Actividad Física:** Es toda acción corporal que se traduce en movimiento de manera general, y/o específica con cierta intencionalidad y que haga trabajar al cuerpo con mayor fuerza que lo normal con finalidades educativas, deportivas, recreativas, terapéuticas, utilitarias o simplemente como una actividad cotidiana del individuo.

**Actividades recreativas:** Es el conjunto de acciones y/o actividades planificadas, llevadas a cabo en forma individual o grupal, que tiene como finalidad la satisfacción personal.

**Aerobic:** Tipo de Ejercicio aeróbico, que se trabajan normalmente con música y con movimientos coreografiados y que no implica deuda del oxígeno. En donde se combinan diversos movimientos gimnásticos, y corporales con ritmos musicales.

**Aerobic estilos:** Término que define aquellas secciones donde la música es la que determina una forma concreta de movimientos y desplazamientos.

**Ambiente de aprendizaje:** Espacios acondicionados hacia un fin concreto y que, por ser tan sugerentes, atraen la atención del alumnado.

**Agilidad:** Capacidad que tiene la persona para cambiar la posición corporal en el espacio y efectuar cambios de dirección con rapidez y soltura, mientras el cuerpo está en movimiento.

**Aptitud Física:** Capacidad del individuo para llevar a cabo actividades, comúnmente descrito como la habilidad para realizar diariamente tareas físicas cotidianas y recreativas.

**Articulación:** Es un lugar de unión entre dos huesos, independientemente del grado de movimiento permitido por esta unión.

**Articulación inmóvil o sinartrosis:** Articulaciones que no permiten el movimiento. Ejemplo: las suturas del cráneo.

**Articulación semimóvil o anfiartrosis:** Son articulaciones ligeramente móviles. Ejemplo: sínfisis del pubis, articulación del radio con el cubito.

**Articulación móvil o diartrosis:** Son articulaciones de movimiento libre. Ejemplo: la articulación de la rodilla y del brazo.

**Atletismo:** Actividad física compuesta por movimientos naturales (correr, saltar y lanzar) que el ser humano realiza y forma parte de la base de la mayoría de los deportes.

### C

**Calambre:** Es una contracción tetánica, espasmo inesperado de un músculo acompañado de dolor, producidos por una falta de oxígeno, falta de hidratación, un sobre esfuerzo, o por una disfunción de los canales del calcio causado por un estado de agotamiento.

**Calentamiento:** Trabajo físico general o específico previo, que comprende una serie de ejercicios que ponen en movimiento las grandes masas musculares (piernas, brazos, tronco)

y/o combinados) con el fin de poner a la persona en óptimas condiciones físicas, orgánicas, musculares, nerviosas y psicológicas para enfrentar esfuerzos más intensos.

**Circunducción:** Movimiento circular o semicircular de la articulación de un miembro alrededor de su eje describiendo un círculo.

**Coordinación:** Cualidad que permite combinar la acción de diversos grupos musculares para la realización de movimientos con un máximo de eficiencia y economía.

**Coordinación ojo-mano:** Es la capacidad de precisión y control que tenemos cuando ejecutamos ejercicios con las manos en contacto con un objeto.

**Coordinación ojo-pie:** Es la capacidad de precisión y control que tenemos cuando ejecutamos ejercicios con los pies en contacto.

**Condición física:** Es el conjunto de cualidades orgánicas, anatómicas y fisiológicas que debe reunir una persona para poder realizar esfuerzos físicos, con vigor y efectividad retardando la fatiga, las lecciones y realizando el menor gasto energético.

**Contractura:** Lesión muscular, contracción involuntaria, dolorosa y permanente de un músculo, debida a la sobrecarga de trabajo en tiempo o en intensidad.

**Cualidades físicas:** Denominada capacidades condicionales, constituyen la expresión de numerosas funciones corporales que permiten la realización de las diferentes actividades físicas.

**Cualidades básicas:** Son las que participan de manera indispensable en la mayoría de las actividades físicas. Dentro de éstas se encuentran: la fuerza, la resistencia, la velocidad y la flexibilidad.

**Cualidades complementarias:** Deben estar presentes en cualquier actividad física, pero no de manera indispensable. En este grupo se hallan: la coordinación, el equilibrio.

**Cualidades derivadas:** Se producen como consecuencia de la conjunción de diversas cualidades físicas durante el desarrollo de cualquier actividad deportiva. Es el caso de la agilidad y la potencia.

## D

**Decúbito ventral:** Posición del cuerpo en el que el abdomen está hacia abajo.

**Decúbito dorsal:** Posición del cuerpo en el que el abdomen está hacia arriba.

**Destrezas:** Habilidad específica que utiliza o puede utilizar un estudiante para aprender, cuyo componente fundamental es cognitivo. Un conjunto de destrezas forman una capacidad. Es una herramienta para pensar. Cualidad para ejecutar movimientos complejos con la mayor eficacia posible.

**Desarrollo motor:** Es el conjunto de cambios que se producen en la actividad motriz de cada individuo durante su vida como resultado del proceso de crecimiento, maduración y aprendizaje.

**Desplazamiento:** Es el paso de nuestro cuerpo de un punto al otro en el espacio en virtud al movimiento.

**Deportes:** Actividad física institucionalizada, estructurada, organizada y competitiva, con metas bien definidas y gobernada por ciertas reglas específicas, donde se destacan esfuerzos físicos vigorosos o el uso de destrezas deportivas o motoras relativamente complejas y la aplicación de estrategias, con el fin de alcanzar un rendimiento exitoso

mediante la superación de un adversario en competición o la demostración de aptitudes particulares.

**Deporte individual:** Toda actividad físico-deportiva o recreativa que se realiza en forma individual.

**Deporte colectivo:** Toda actividad físico-deportiva o recreativa que requiere de la participación de dos o más participantes para la realización del deporte.

**Driblen:** Avanzar con el balón eludiendo o esquivando al adversario.

## E

**Educación física:** Ciencia del y por el movimiento. Es una disciplina que se centra en el desarrollo de la persona a través de la mejora de las conductas motoras y específicamente por medio de la actividad corporal. Pretende enseñar al alumno a conocerse, a aceptarse y a dominarse en movimiento, en situaciones deportivas y no deportivas. Platón definió a la Educación Física como “una disciplina cuyos resultados no se limitan solo al cuerpo, sino que pueden proyectarse aún al alma misma”.

**Educación física de base:** Es la disciplina centrada en el desarrollo de la persona a través de la mejora de las conductas motoras, por medio específico de la actividad corporal.

**Ejercicios aeróbicos:** Son aquellos que requieren gran cantidad de oxígeno durante un periodo de tiempo continuado (ciclismo, natación, footing).

**Ejercicios anaeróbicos:** Son aquellos que se desarrollan con deuda del oxígeno durante un periodo de tiempo (carreras de 100 mts.).

**Ejercicio físico:** Actividad física planificada y estructurada, repetitiva y que tiene por finalidad el mantenimiento o la mejora de la forma física.

**Elasticidad muscular:** Es la capacidad que tiene un músculo para alongarse y contraerse.

**Equilibrio:** Es la capacidad de asumir y sostener una determinada posición corporal contra la ley de gravedad.

**Equilibrio espacial:** Mantener el cuerpo en una posición determinada en el aire durante un cierto periodo de tiempo

**Equilibrio estático:** Mantener el cuerpo en una posición determinada durante un cierto periodo de tiempo.

**Equilibrio dinámico:** Controlar los movimientos corporales mientras se cambia de dirección o se efectúan cambios bruscos al moverse.

**Esguince:** Distensión o laceración de los ligamentos producidos por las torceduras de una articulación.

**Estiramientos:** Alargamiento de las fibras de los tendones, los músculos y los ligamentos del aparato locomotor hasta un determinado grado.

## F

**Flexibilidad:** Grado de movimiento que pueden efectuar las articulaciones del cuerpo.

**Fuerza:** Capacidad de un músculo o un grupo de músculos de contraerse venciendo las resistencias que le son impuesto.

**Frecuencia:** Es el número de veces que en un tiempo determinado se debe realizar un esfuerzo físico.

**Frecuencia cardiaca:** Cantidad de latidos del corazón durante un minuto.

**Frecuencia cardiaca máxima (FCmax):** Es la frecuencia cardiaca alcanzada por cada individuo, es el límite teórico de pulsaciones máximas que se debe alcanzar durante un esfuerzo o trabajo físico sin comprometer la salud y el físico; la misma se obtiene a través de una fórmula matemática en la cual se resta a un valor determinado la edad para:

**Masculino:**

220-edad (con problemas de corazón)

205-(edad/2) (el ataque cardiaco).

214-(0.8\* edad) (para sanos y atléticos).

**Femenino:**

226-edad (con problemas de corazón).

211-(edad/2) (el ataque cardiaco).

209-(0.7\*edad) (para sanos y atléticos).

**Para todo género sano y atlético.**

208 - (edad x 0.7)

**Frecuencia de carrera:** Es el número de veces que el atleta apoya el pie durante el desarrollo de la carrera, o prueba atlética.

## G

**Gimnasia:** Se puede definir como la forma sistematizada de ejercicios físicos diseñados con propósitos terapéuticos, educativos o competitivos.

**Gimnasia rítmica:** Es una disciplina deportiva que conjuga el manejo corporal y de aparatos con la técnica del ballet clásico y elementos de gimnasia acrobática y artística. Es la expresión corporal al ritmo de la música con implementos: aro, cuerda, pelota, mazas y cinta, o manos libres. Es uno de los deportes más creativos que potencia la expresividad con sus espectaculares ejercicios, sus exhibiciones originales impresionan por la técnica depurada y su gran belleza.

**Gimnasia terapéutica:** Consiste en una serie de ejercicios seleccionados que ayudan a suavizar molestias físicas o restaurar funciones a personas discapacitadas.

**Gimnasia educativa:** Es un programa que instruye a los estudiantes en tácticas que comprenden fuerza, ritmo, balance y agilidad.

**Gimnasia competitiva:** Consiste en series de pruebas preestablecidas, masculinas y femeninas, cada una de las cuales puntúan por separado para determinar un ganador.

## H

**Habilidades motrices básicas:** Pautas motrices o movimientos fundamentales, que no tienen en cuenta la precisión ni la eficacia.

**Habilidades motrices específicas:** Combinaciones de habilidades básicas y su adaptación a unos propósitos específicos.

**Habilidades motrices genéricas:** Patrones de movimiento, de aplicación polivalente y comunes a varios deportes.

**Habilidad motriz:** Capacidad resultante de coordinar y resolver problemas cualitativos del movimiento, en busca de una respuesta eficaz a los estímulos del medio. Ej. Saltar, trepar, caminar.

**Hematoma:** Lesión muscular, tensión, dolor e hinchazón por la rotura de varios vasos sanguíneos dentro del tejido muscular, producidos por un golpe o caída.

## I

**IAAF:** Siglas en inglés por el orden de la Federación Internacional de Atletismo Amateur, máximo organismo rector del atletismo en el mundo.

**Iniciación deportiva:** Proceso de enseñanza-aprendizaje seguido por el individuo para la adquisición del conocimiento y la capacidad de ejecución práctica de un deporte, desde que toma contacto con él hasta que es capaz de practicarlo con adecuación a su técnica, su táctica y su reglamento.

**Iniciación deportiva orientada a la recreación:** Cultura de la práctica deportiva concebida como actividad saludable y recreativa, basada sobre todo en el placer del propio movimiento, en la satisfacción del esfuerzo personal y colectivo, y en la alegría compartida del juego, un juego en el cual la competición (cuando existe) constituye un medio, y los resultados una parte del propio juego.

## J

**Juego:** Representa una actividad lúdica (física o pasiva) libre o voluntaria, pura, improvisada, intrínseca o espontánea y placentera, practicada durante el ocio que se lleva a cabo con el propósito principal de divertirse o entretenerse.

## L

**Lateralidad:** Tendencia a emplear un lado y rechazar el otro (derecho o izquierdo) del cuerpo al ejecutar numerosas acciones motrices.

**Lesiones:** Accidente que se produzca directamente o indirectamente a causa de una práctica deportiva.

## M

**Motricidad:** Propiedad que tienen los centros nerviosos de provocar la contracción muscular

## P

**Pique de pelota:** Acción de lanzamiento y recepción, de la pelota contra una superficie rígida con las manos.



**Progresión:** Es el grado de dificultad de una actividad determinada.

## R

**Recreación:** Conjunto de actividades con el fin de estimular el interés y el placer, posibilitando al individuo mayor rendimiento y equilibrio de las funciones orgánicas, sin llegar a un alto grado de perfeccionamiento físico a través de acciones o estáticas.

**Relajación:** Es la descarga de tensiones a través de un conjunto de técnicas que permiten el descanso físico y psíquico, buscando el reposo más eficaz.

**Rendimiento:** Es el resultado del trabajo y del tiempo empleado, y mejorado con el entrenamiento.

**Resistencia:** Es la capacidad psíquica y física de soportar un esfuerzo, relativamente largo y con un alto nivel de fatiga (como correr, andar en bicicleta o nadar) y el tiempo que el cuerpo tarda en recuperarse.

**Repeticiones:** Se refiere a la cantidad de veces que hay que repetir un ejercicio.

**Ritmo:** Es la capacidad que desarrolla el sistema nervioso y que permite al cuerpo la contracción y relajación, además de crear imágenes corporales que favorezcan el mayor dominio del cuerpo y conociendo mejor las posibilidades de movimiento.

**Rotar:** Se entiende con mover el cuerpo de forma circular de forma que el punto esté situado por encima de la parte del cuerpo que ejecuta el movimiento.

## S

**Salud:** Óptimo estado del bienestar general que posee un individuo, específicamente de sus dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales y espirituales, y no necesariamente implica solo la ausencia de enfermedad o incapacidad.

## T

**Táctica:** La totalidad de las acciones individuales y colectivas, organizadas y coordinadas de forma unitaria en los límites de los reglamentos del juego y de la técnica deportiva con el fin de lograr la victoria.

**Táctica colectiva:** Conjunto de acciones individuales y coordinadas entre varios jugadores con el objetivo de lograr la victoria.

**Táctica individual:** Acciones que realiza un jugador tanto en defensa como en ataque en pos de un objetivo.

**Técnica:** Secuencia específica de movimientos parciales puestas en práctica para resolver situaciones deportivas.

**Técnica colectiva:** Conjunto de acciones ordenadas que se adquieren y que se pueden memorizar, facilitando así la obtención de unos resultados. Se fundamenta en unas habilidades y a su vez potencian el desarrollo de las mismas.

**Técnica individual:** Son aquellas acciones realizadas por un solo jugador con o sin pelota. Eje. Carreras, saltos recepción.

**Tendinitis:** Lesión muscular, inflamación de un tendón que se manifiesta con dolor al presionar y puede ser causada por sobre esfuerzo o por presión directa sobre un tendón.

**Test de aptitud física:** Es un procedimiento esencial de evaluación que permite determinar a través de una o diversas tareas, pruebas y escalas de desarrollo las aptitudes físicas de un individuo.

**Tirón:** Lesión muscular y acumulación de productos metabólicos. Puede ocasionarse por haber realizado en forma incorrecta el calentamiento previo al ejercicio.

**Torsiones:** Es hacer que el cuerpo o una de sus partes gire sobre sí mismo. Estos movimientos pueden ser: con el punto de apoyo inmóvil (como se gira una mano sin mover la muñeca) o moviéndolo (al girar la cabeza también gira el cuello). Estas actividades se pueden practicar con cualquier articulación y son indispensables para adquirir flexibilidad.

## V

**Velocidad:** Es la capacidad que tiene el sistema nervioso de mandar impulsos a los distintos músculos del cuerpo para efectuar acciones motrices en el menor tiempo posible.

**Vuelta a calma:** Conjunto de actividades realizadas al final de una sesión que consta de una disminución de la intensidad del trabajo para recuperar el equilibrio físico, orgánico y mental.

## Bibliografía

- Ballesteros J. **Manual de Entrenamiento Básico (Internacional Amateur Athletic Federation)**. Inglaterra Marshallarts.
- Camacho H., Castillo E., Bachamón P., Cala R.(1997) **Alternativa curricular de Educación Física para secundaria**. Colombia. Edit.: Kinesis
- Coronado J., Sosa P. (1996). **La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos**. Barcelona. Edit: Grafvi.
- Incarbone O. (1993). **Juego y Movimiento**. Argentina. Edith: Novel libro.
- Antonio Morales del Moral y Manuel Guzmán Ordóñez. **Diccionario de la educación física y de los deportes**. Gil editores. (2003)
- Jacob S, Francote C. (1992). **Anatomía y Fisiología Humana**. México: McGraw-Hill.
- Jacobson P (1986). **Educación Física Técnica y Práctica**. España. Edit. Ceac.
- Labarthe L, López M., López J, Diez C. (2007) **Educación Física y sus tecnologías** 1er., 2º Curso. Asunción: Gráfica Mercurio.
- Labarthe L, López M., López J. Diez C. (2007) Guía Didáctica **“Educación Física y sus tecnologías”** 1er., 2º Curso. Asunción: Gráfica Mercurio.
- Ministerio de Educación y Cultura. Paraguay (1998). **Programa de Estudios 2º ciclo**.
- Ministerio de Educación y Cultura. Paraguay (2003). **Programa de Estudios 1er. Y 2º curso Educación Física y sus tecnologías**.
- Ministerio de Educación y Cultura. Paraguay (2005). **Orientaciones para la gestión pedagógicas en el área de Educación Física y sus tecnologías** 1er. Curso.
- Thompson P. (1991). **Introducción a la teoría del Entrenamiento**. Inglaterra. Marhallarts.

Sitios en Internet donde se podrán encontrar disponibles los temas tratados, y que pueden servir al docente en la práctica.

- Calahorro Cañada Fernando. **Propuesta de una unidad didáctica sobre la enseñanza del balonmano aplicada al contexto de educación en secundaria.** Disponible en <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 106 - Marzo de 2007.
- Carlos Salazar Martínez. **Calentamiento tipos y fases.** Disponibles en: [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com).
- Valero Valenzuela Alfonso. **El lanzamiento de peso en la educación primaria.** Disponible en <http://www.efdeportes.com/> Revista digital. Año 11. N° 102- Argentina 2006.
- William Haskell, Douglas Seal. **Frecuencia cardiaca máxima.** Disponible en; [www.frecuencia-cardiaca.com](http://www.frecuencia-cardiaca.com)

## Ficha Técnica

**Nancy Oilda Benitez Ojeda**

DIRECTORA GENERAL DE CURRÍCULUM, EVALUACIÓN Y ORIENTACIÓN

**Edgar Osvaldo Brizuela Vera**

Jefe del Departamento de Diseño  
Curricular

**Nidia Caballero de Sosa**

Jefa del Departamento de  
Evaluación Curricular

**Lidia Manuela Fabio de Garay**

Jefa del Departamento de Apoyo a la  
Implementación Curricular en  
Medios Educativos

**Rosalía Diana Larrosa Nunes**

Jefa del Departamento de  
Investigación Curricular

### **Elaboradores**

**Área: Educación Física**

Luis Fernando Iriondo Cappello (Coordinación)

Rosalía Diana Larrosa Nunes

Claudia Natalia Melgarejo de Zarratea

### **Análisis curricular**

Nidia Caballero de Sosa, Maura Graciela López Jara, Deisy Melgarejo.

### **Diseño de tapa**

Oscar Pineda

### **Diseño de portadas y páginas internas**

Máximo Alberto Ayala

### **Diagramación**

Máximo Alberto Ayala y Víctor Ramón López A.

### **Equipo de apoyo logístico**

Rafael Ocampos, Yeny Fleitas, Sonia Rojas, Hugo Daniel Romero, Ninfa Benítez, Gladys Barrios, Ethel Insfrán, Lucía Barreto

***Profesionales que han participado en el proceso de validación de las capacidades***

*Rosa del Pilar Fernández.*

*Elba M. Vera.*

*Guido Alberto Armoa S.*

*Clara Aparicio.*

*María Aurora F. de Florentín.*

*Hermes Fernández Andes.*

*Alfredo Darío Cristaldo Irigoyen.*

*Miguel Ángel Nardelli López.*

*Rosana M. Blaires.*

*Juan Cabrera.*

*Gladys Fernández de Alonso.*

*Pablino V. De los Santos.*

***Instituciones educativas que han participado de la implementación experimental durante el año 2010***

*Col. Nacional Luis Alberto de Herrera*

*Escuela Básica N° 471 Santa Lucía*

*Escuela Básica N° 4183 San Francisco de Asís*

*Escuela Básica N° 153 R I 3 Corrales*

*Escuela Básica N° 11 Pedro Juan Caballero*

*C.N.E.M.D. Nuestra Señora de Stella Maris*

*Escuela Básica N° 2850 Luis Alberto de*

*Herrera*