

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION



**Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del
proceso de enseñanza-aprendizaje**

Trabajo académico

Para Optar el título de Segunda especialidad profesional en Educación Física

Autor

Aldo Ascencio Hinostroza Nuñez

Jaén – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES


FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION



Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (presidente) 

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro) 

Mg. Ana María Javier Alva (miembro) 

Jaén – Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACION



Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido
y forma

Aldo Ascencio Hinostraza Nuñez (Autor)

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (Asesor)

Jaén – Perú

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Jaén, al día siete del mes de agosto de dos mil diecinueve, se reunieron en la IE Bracamoros, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Segundo Albuquerques Silva, coordinador del programa; representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: "*Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje*", para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física al señor(a) **HINOSTROZA NUÑEZ, ALDO ASCENCIO**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de **16**.

Por tanto, **HINOSTROZA NUÑEZ, ALDO ASCENCIO**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título de Segunda Especialidad Profesional en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.

Dr. Segundo Oswaldo Albuquerques-Silva
Presidente del Jurado

Dr. Andy Figueroa Cárdena
Secretario del Jurado

Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

Aldo Ascencio Hinostroza Nuñez

Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje

- Trabajos académicos
- trabajos de investigación
- Universidad Nacional de Tumbes

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trnoid: 13000387151

Fecha de entrega
6 sep 2024, 10:03 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
6 sep 2024, 10:18 p.m. GMT-5

Nombre de archivo
Aldo_Ascencio_Hinostroza_Nu_uz.doc

Tamaño de archivo
766.6 KB

54 Páginas

13,585 Palabras

76,791 Caracteres

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.
DNI 00230120

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado

Exclusiones

- ▶ Nº de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 15%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 3%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

Nº de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar coincidencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.



Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.
DNI 00230120

Fuentes principales

- 10% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 2% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.urumbes.edu.pe	0%
2	Internet	repositorio.unilanos.edu.co	4%
3	Internet	upoum	0%
4	Internet	hdl.handle.net	0%
5	Internet	corn.ac.uk	0%
6	Internet	repositorio.upt.edu.pe	0%
7	Publicación	Karin Volkwein-Caplan, Jasmin Tahmaseb McConatha. "Ageing, Physical Activity a..."	0%
8	Internet	bmcpediatr.biomedcentral.com	0%
9	Internet	repositorio.uct.edu.pe	0%
10	Internet	rl.usn.edu.lv	0%
11	Internet	essentials.ebsco.com	0%

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Asesor.
DNI 00230120

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres, por quienes tengo gran admiración y gratitud; a mis hermanos que siempre traen alegría y ligereza haciendo mis días más felices; y para mi esposa, amiga y gran amor de mi vida.

ÍNDICE

DEDICATORIA	viii
RESUMEN	xi
ABSTRACT.....	xii
INTRODUCCIÓN	13
CAPÍTULO I	15
DESCRIBIR LOS FUNDAMENTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.....	15
1.1. Antecedentes Internacionales	15
1.2. Antecedentes Nacionales	16
1.3. Bases y fundamentos de la educación física.....	17
1.4. Evolución histórica de la educación física	19
1.5. Finalidades de la educación física	25
1.6. Requerimientos de la educación física	27
1.7. La educación física como educación del cuerpo.	27
1.8. La educación física y el ser competente	28
1.9. La educación física, la influencia de otras áreas y la vinculación entre teoría y práctica. 29	
1.10. El proceso de enseñanza-aprendizaje en educación física.....	30
CAPÍTULO II	31
DESCRIBIR LA PLANEACIÓN EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL ÉXITO DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.....	31
2.1. Planificación.....	31
2.2. Organización curricular del área de educación física.....	34
2.3. La planificación y programación en la Educación Física.....	38
2.4. Del Proyecto Curricular Institucional a la programación del área	41
2.5. Programa curricular diversificado de Educación Física.....	43
2.6. La programación anual.....	47
2.8. La unidad didáctica	48
2.10. La sesión de aprendizaje en educación física.....	52

CONCLUSIONES	58
RECOMENDACIONES.....	59
REFERENCIAS CITADAS.....	60

RESUMEN

El trabajo académico titulado "Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje" tiene como objetivo analizar los aspectos fundamentales de la planeación en el contexto de la educación física. Partiendo de un marco teórico que debate la importancia de la planificación, se concluye que la educación física puede ser un medio eficaz para promover el conocimiento y la conciencia sobre la salud entre los estudiantes. Este trabajo destaca que la planificación no debe limitarse únicamente a la enseñanza de técnicas gimnásticas, tácticas deportivas o al desarrollo físico, sino que debe integrar una perspectiva más holística y colectiva que considere aspectos más amplios relacionados con el bienestar general y la salud comunitaria. El enfoque propuesto sugiere que la educación física tiene el potencial de influir positivamente en la salud de los estudiantes, no solo en términos biológicos o individuales, sino también a nivel social. A través de una planeación adecuada, los docentes pueden desarrollar actividades que promuevan hábitos saludables, el trabajo en equipo y la cooperación, fomentando la educación integral del alumno. De esta manera, la educación física se convierte en una herramienta no solo para mejorar el rendimiento físico, sino para inculcar valores que favorezcan una vida saludable y activa.

Palabras clave: Planeación, Educación física, Enseñanza aprendizaje.

ABSTRACT.

The academic work titled "Planning in the Teaching of Physical Education for the Success of the Teaching-Learning Process" aims to analyze the fundamental aspects of planning in the context of physical education. Based on a theoretical framework that debates the importance of planning, it concludes that physical education can be an effective means to promote knowledge and awareness about health among students. This work highlights that planning should not be limited solely to the teaching of gymnastic techniques, sports tactics, or physical development, but should integrate a more holistic and collective perspective that considers broader aspects related to general well-being and community health. The proposed approach suggests that physical education has the potential to positively influence students' health, not only in biological or individual terms, but also at the social level. Through proper planning, teachers can develop activities that promote healthy habits, teamwork, and cooperation, fostering the student's integral education. In this way, physical education becomes a tool not only for improving physical performance but also for instilling values that promote a healthy and active life.

Keywords: Planning, Physical Education, Teaching-Learning.

INTRODUCCIÓN

El presente estudio titulado *Planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje*, esta investigación tiene como objetivo conocer la planificación en la enseñanza de la educación física y que este dirigida al éxito en el proceso de enseñanza – aprendizaje. Por lo tanto, se realizó una investigación basada en el análisis documental del Diseño curricular nacional y otros documentos.

Este estudio también analiza las directrices del documento Orientaciones para el trabajo pedagógico del área de educación física Publicado por el Ministerio de Educación en el 2010 donde muestran una Educación Física impregnada por una contribución teórica diversificada que apunta capacitar al alumno en las más variadas áreas de conocimiento. A partir del análisis de los elementos que conformaron estas propuestas en el Ministerio de Educación, buscamos reflexionar sobre las posibilidades de una planificación de la Educación Física crítica donde se establezca un diálogo entre los documentos y algunos conceptos de la teoría.

En el presente trabajo se plantean los siguientes objetivos.

Objetivo general

- Analizar la planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Objetivos específicos

- Describir los fundamentos generales de la educación física
- Describir cómo se da la planeación en la enseñanza de la educación física

En este sentido, se presenta este trabajo monográfico que esta dividida en dos grandes capítulos como se describe a continuación:

Capítulo I, titulado Describir los fundamentos generales, el cual contiene aspectos básicos como el concepto de educación física, así como del área de educación física, mostrando la evolución historia de la educación física, así como sus finalidades y

requerimientos actuales, terminando con aspectos como la educación física en la educación del cuerpo y de ser componente, por último, se describe la influencia en otras áreas y el proceso de enseñanza aprendizaje de la educación física.

Capítulo II, titulado la Describir cómo se da la planeación en la enseñanza de la educación física para el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje, de gran importancia para este estudio, aquí se muestran aspectos fundamentales para la monografía, desde su planificación, pasando por el proyecto curricular institucional, programación curricular, la programación anual, la unidad didáctica y terminando con la sesión de aprendizaje.

Esta monografía como un gran aporte para otros investigadores en educación física y su planificación ya que es muy importante porque desde que era un adolescente, cuando comencé a contactar con los deportes en la escuela, admiro el mundo del deporte.

La educación física que apunta a diferentes posibilidades de práctica pedagógica y opera desde diferentes concepciones del cuerpo, el movimiento y el sujeto, lo cual se verifica en una diversificación de su planificación en busca de una enseñanza basada en las más variadas áreas del conocimiento. En este sentido, hablamos de una Educación Física que aborda la

historicidad de las manifestaciones humanas en busca de la conciencia corporal y, al mismo tiempo, concibe la práctica de la actividad física desde un carácter biomédico.

CAPÍTULO I

DESCRIBIR LOS FUNDAMENTOS GENERALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

1.1. Antecedentes Internacionales

Cardeño (2017), en su tesis de maestría titulada *Relación entre actividad física, aptitud física y rendimiento académico*, sustentada en la Universidad Montemorelos, con el objetivo de determinar si la actividad física tiene relación significativa con el desempeño académico del estudiante. Investigación cuantitativa correlacional con una población de 277 estudiantes. Sus principales conclusiones fueron: Los bajos niveles de actividad física que presenta la población joven son preocupantes. El número de jóvenes activos tiende a disminuir, al igual que el número de jóvenes que practican deporte organizado en un contexto extracurricular. Por lo tanto, es importante combatir estos índices y, en consecuencia, cambiarlos. Esta disciplina juega un papel clave en la promoción de formas saludables de actividad física y una vida activa, ya que los niños pasan hasta un máximo del 45% de su día en la escuela. Por lo tanto, la educación física debe promover estilos de vida físicamente activos en niños y jóvenes, además

de fomentar el gusto por la AP y permitir a los estudiantes adquirir conocimientos que les permitirán, en el futuro, organizar su propio ejercicio físico. PE es responsable de inculcar los valores de una promoción de AP apropiada, intensa, saludable, gratificante y culturalmente significativa (PNEF, 2001), para emanciparse en la vida de los jóvenes

Estrada (2017), en su tesis doctoral titulada *Relación entre niveles de actividad física, comportamientos sedentarios y rendimiento académico en adolescentes*, sustentada en la Universidad de Zaragoza, España, realizada con el objetivo de explorar la influencia de la actividad física sobre el rendimiento académico del tipo de comportamiento que ocupa la mayor parte del día en los adolescentes: el sedentarismo. Investigación preexperimental que contó con una muestra de 197 sujetos. Sus principales conclusiones fueron: Se han encontrado evidencias de la compatibilidad en la relación entre las variables estudiadas. Como se ha expresado anteriormente en varias ocasiones, el rendimiento académico es un constructo de marcado carácter multifactorial.

1.2. Antecedentes Nacionales

Morales (2017), en su tesis doctoral titulada *Programa de actividad física para el desarrollo de las capacidades orgánico motrices en el rendimiento académico de los estudiantes de turismo de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo, 2015*, sustentada en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, realizada con el objetivo de Determinar el efecto en la aplicación del Programa de actividad física “PAFCOM” para el desarrollo de las capacidades orgánicas motrices y en el Rendimiento Académico de los estudiantes. El tipo de investigación fue cuasiexperimental que contó la participación de 61 estudiantes divididos en dos grupos. Sus principales conclusiones fueron: La disciplina de educación física hay muchos estudiantes que exhiben comportamientos intrínsecamente motivados, lo que revela que muchos jóvenes encuentran en la disciplina una forma agradable de hacer ejercicio. La escuela y, en particular, la educación física y los deportes escolares tienen las herramientas necesarias para contrarrestar los niveles de AP que tienen los jóvenes

en la actualidad, para muchos de ellos el único momento en que practican la AP de manera organizada.

Quispe (2015), en su tesis de Licenciatura titulada *La práctica de las actividades físico-deportivas en los estudiantes de la institución educativa secundaria policía nacional del Perú Programa Colibri, Juliaca – 2014*, sustentada en la Universidad del Altiplano, Puno, con el objetivo de determinar la práctica de actividades físico-deportivas en los estudiantes. Investigación. Investigación descriptiva – simple, que contó con una población de 143 estudiantes. Sus principales conclusiones fueron: Es importante darse cuenta de las consecuencias que tendrá esta medida en el nivel de motivación de los estudiantes en las clases de educación física, que pueden estudiarse a través del análisis de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes para la práctica de educación física en la educación secundaria. Por otro lado, reflexione sobre las consecuencias que esta medida tendrá en la calidad de la motivación para la práctica regular de la AP durante toda la vida, por parte de los estudiantes. Es decir, a todos los estudiantes que no desean seguir estudios en un área deportiva, la calificación final EF de su calificación final en Educación Secundaria, independientemente de si son una buena calificación.

1.3. Bases y fundamentos de la educación física

Concepción de la educación física

Según el Ministerio de educación (2009) la educación física:

Es una propuesta pedagógica, de dirigirse a nuevas direcciones, en este caso, a la educación y la promoción de la salud en las áreas escolares. En este sentido, la disciplina debe superar sus raíces técnicas y biológicas, centrada únicamente en el

desarrollo de habilidades deportivas y deportivas, e incluir el tema de la salud en sus contenidos. (p. 284)

La educación física viene en su desarrollo histórico, estableciendo preguntas sobre su propia identidad como área de conocimiento. Percibimos la educación física como un área de conocimiento que trata los temas de la cultura humana (cultura corporal) expresados en bailes, peleas, juegos, deportes, gimnasia, entre otros. Estos temas representan el resultado del conocimiento producido socialmente en la relación entre los seres humanos y su entorno, es decir, en la relación con otros seres humanos, con la naturaleza y la sociedad en general.

Peralta (1999), afirma que:

La educación física es, ante todo, educación, no simple adiestramiento corporal; de allí que el hombre debe ser educado en el desarrollo de sus capacidades, siempre en contacto con las diferentes dimensiones de la vida del hombre; consigo mismo, con el otro ser humano, y con el mundo que lo rodea. La educación física posee principalmente cinco grandes grupos de objetivos, entre ellos se mencionan los orgánicos, neuromusculares, interpretativos, emocionales y sociales. Los cuales garantizan el mejoramiento corporal, equilibrio personal y adaptación al medio. (p. 22)

La Educación Física son los fenómenos de la corporeidad, la motricidad humana, la cultura corporal, la expresión corporal, el movimiento y otras disciplinas (Fisiología, Filosofía, Sociología, etc.). El movimiento cognitivo es de los fenómenos a los fenómenos, en un movimiento de práctica-teoría-práctica, completándose en el

retorno a los fenómenos con explicaciones, entendimientos y propuestas de transformaciones.

El área de educación física

Para Ministerio de educación (2009):

El área de Educación Física tiene excelentes colaboraciones como la lucha contra el espíritu deportivo y el tecnicismo, la guía para que los maestros promuevan el conocimiento sobre la actividad física y el posicionamiento final para estimular una vida activa, incluso después de la edad escolar. Todos estos aspectos son favorables en el pensamiento de los autores. Sin embargo, al pensar en la salud desde una perspectiva colectiva, con todos sus factores sociales, vemos la falta de debates, en la teoría de los autores, sobre las condiciones de alimentación, vivienda, educación, ingresos, medio ambiente, trabajo, transporte, empleo, ocio, libertad, acceso y posesión de la tierra y acceso a temas de salud. (p. 284)

Esta área es un componente curricular obligatorio en toda la educación primaria y secundaria. Por lo tanto, la provisión de disciplina en las escuelas públicas y privadas debe usarse como un medio de promoción de la salud y educación, ya que alcanzaría a todos los estudiantes, desde los más favorecidos hasta los más bajos.

La escuela, apoyada por la política y la familiar, debe ser el primer contacto de niños con comprensión de la salud. El entorno educativo tiene los requisitos necesarios para ser el punto de partida en la búsqueda de conocimientos sobre salud a través de acciones de educación y promoción de la salud.

1.4. Evolución histórica de la educación física

Para realizar este recorrido hemos seguido a Tamayo (2005) quien afirma:

La historia de la educación física se relaciona con todas las ciencias que estudian el pasado y el presente de las actividades humanas y su evolución. El hombre,

condicionado a situaciones de pensamiento, jugó, en todas las etapas de la vida, un papel importante en la historia de la educación física, cuyo objetivo es investigar el origen y el desarrollo progresivo de sus actividades físicas, a través del tiempo: importancia, las causas de su apogeo y decadencia. (p. 14)

Bajo esta premisa y de acuerdo con este autor, se realiza la siguiente evolución de la educación física:

En la prehistoria

Según Tamayo (2005) “La actividad física era empleada como medio para la supervivencia (búsqueda de alimento y preparación para la guerra) y como dazas mágicas. Se realizaban ejercicios naturales utilitarios” (p. 14).

Por lo tanto, la práctica de la educación física viene desde la aparición del hombre en la tierra hasta el comienzo de la antigüedad oriental. En ese momento, los hombres practicaban una educación física natural para sobrevivir, para mantener el sustento de la tribu, tenían que cazar animales grandes, lo que requería que estuvieran bien preparados para correr tras la bestia y matarla. También viajaron largas distancias. debido a su característica nómada, además de superar a los más débiles por la fuerza.

En la edad antigua

Tamayo (2005), realiza la siguiente recopilación:

En Egipto y Mesopotamia: Existía docentes que enseñaban a los hijos de los nobles lucha, natación y equitación.

En China: practicaban Cong-fu para prevenir enfermedades.

En Persia: realizaban un intenso entrenamiento físico-militar.

En India: practicaban yoga y ejercicios físico-mentales para encontrar el equilibrio entre cuerpo-sentidos-mente. (p. 15)

Como se puede apreciar, en la edad antigua ya existía preocupación por la aplicación de la educación física, tanto es así que son los nobles quienes recibían clases

de educación física, ya sea en deportes como la lucha, entrenamiento, militar, yoga, entre otros.

En Grecia

Para Tamayo (2005), en la antigua Grecia “La gimnasia tenía un papel importante en la educación” (p. 15). Asimismo se realiza la siguiente recopilación:

En Esparta: pretendía la formación del ciudadano-soldado, para luchar en defensa del estado.

En Atenas: existían una institución educativa (palestra) con una función integral (se buscaba una mejor formación física, intelectual y espiritual), donde, se instruían una prueba (pentatlon): salto, jabalina, carrera, disco y combate; implantada por un maestro de E.F. (paidotribo). (Tamayo 2005, p. 16)

El ejercicio del cuerpo era un medio para la formación del espíritu y la moral. El ideal de belleza humana para Occidente nació en lugares deportivos en Grecia, donde el ejercicio físico y las manifestaciones artísticas se consideraban hermanas. Los griegos fueron responsables de la creación de los Juegos Olímpicos, que inicialmente fue una forma de homenaje a Zeus, rey de los dioses.

Tamayo (2005), recopila también que:

A partir de Esquilo la educación se torna más hacia lo intelectual y decae el interés de la educación física., por lo que los filósofos hacen un llamamiento para

conservar la educación física en la Educación donde destaca Hipócrates (considerado el padre de la medicina a través del estudio del cuerpo). (p. 18)

El ejercicio físico se integró en la cultura griega. Fueron practicados por ambos sexos a lo largo de sus vidas, produciendo mujeres delgadas y hombres vigorosos, poseyendo fuerza, resistencia y agilidad.

En Roma

De acuerdo con Tamayo (2005):

La educación física se entiende como una preparación para el soldado y no como educación (estaba muy influida por la cultura griega pero se decanta por el utilitarismo dejando al margen las aspiraciones estéticas y culturales de los griegos). Mantienen los Juegos Olímpicos, pero con la participación de atletas romanos; luchas de gladiadores; carreras de carros; etc. (p. 18)

De acuerdo con lo expuesto, de Grecia heredó Roma su cultura, pero su civilización se caracterizó por su espíritu práctico, utilitario y el ejercicio físico, de influencia etrusca, dirigido únicamente a la preparación militar. Al principio era el soldado empleado en la defensa de Roma; luego en la conquista interna. Una práctica deportiva muy común fueron las peleas, famosas en Roma, como los juegos de gladiadores.

En la edad media

Tamayo (2005) afirma que:

Con la aparición del cristianismo, el cuerpo no fue objeto de educación en los colegios y los juegos se prohibieron. La educación fue más espiritual e intelectual, ya que la iglesia se oponía a la educación física por tres razones: No concebía el concepto romano de deporte y juegos. Consideraban que los juegos tenían un origen pagano y se alejaban de los principios religiosos. Además eran considerados una pérdida de tiempo. Desarrollo un concepto de lo malo en el cuerpo (cuerpo y alma eran dos

entidades separadas. Se debía fortalecer y preservar al alma, y negar los placeres carnales y beneficios derivados de los ejercicios físicos para asegurar la vida eterna. (p. 20)

Tamayo (2005), halló también que “si pensamos en la Educación Física solo como un remedio para la inactividad física y la obesidad, estaremos pensando en una Educación Física preocupada solo por los aspectos orgánicos” (p. 20).

Con la caída del imperio romano comenzó el período medieval, conocido en la historiografía oficial como las "edades oscuras", en una forma de educación física realmente, principalmente porque ahora la Iglesia Católica había tomado el mando en lugar del antiguo imperio. , terminó con la idolatría del cuerpo, el hombre debería concentrar sus fuerzas en las oraciones, los campesinos pobres solo deberían gastar sus energías para trabajar la tierra y enriquecer a sus amos, especialmente a la iglesia.

Por supuesto, todas estas restricciones estaban dirigidas a los campesinos pobres, los nobles también debían velar por la espiritualidad, pero tenían el privilegio del ocio, por lo que jugaron algunos juegos en la edad media.

En el renacimiento

Tamayo (2005) presume lo siguiente:

Nuevamente el deporte surge como actividad educativa, siguiendo modelos de civilizaciones clásicas, por lo que el hombre es concebido como algo integral, en el que el alma es tan importante como la belleza física y las virtudes sociales (humanismo). Destacan pedagogos tales como: Mercuriales (descubre en la gimnasia su vertiente médico e higiénico), Vittorino de Feltre (considera a la E.F. como parte del currículum), Cristóbal Méndez (el cual considera al ejercicio necesario para mantener la salud); Comenio; Locke y Vives. (p. 23)

Dado que el hombre siempre ha tenido interés en su propio cuerpo, el período del Renacimiento, un movimiento motivado por la burguesía de la época, explotó

nuevamente la cultura física, las artes, la música, la ciencia y la literatura. La belleza del cuerpo, una vez visto como pecado, es nuevamente explorada por la aparición de grandes artistas como Leonardo da Vinci (1452-1519), responsables de la creación de las reglas proporcionales del cuerpo humano hasta nuestros días. También es durante este período que la educación física regresa a la escuela a través de la práctica de ejercicios físicos, contenidos en el programa de estudios de la escuela "La Casa Giocosa" fundada en 1423 por Vitorio de Feltre.

En la ilustración

Tamayo (2005) menciona que surgen dos momentos importantes para la educación física:

La reacción de los ambientes médicos que intentan mejorar la salud física a través de una gimnasia higiénica o médica. Las ideas de Rousseau, quien concede a la E.F. un papel importante en la pedagogía y considera que educar es volver a la naturaleza y que la actividad física es un buen medio para permitir el contacto con ella. Bajo el influjo de este autor destacan: Basedow: fundador del "philantropium", donde se promueve los juegos alemanes y la gimnasia griega según el espíritu de Rousseau, llevando los ejercicios físicos a contribuir en parte esencial de un plan educativo. Pestalozzi: crea la escuela popular, en la que el ejercicio físico era tan importante como el intelectual. Fue el precursor de la gimnasia analítica. (p. 23)

La Ilustración fue un movimiento contra el abuso de poder en el campo social, que surgió en Inglaterra en el siglo XVII y dio lugar a nuevas ideas. Como punto culminante de esta época, los carababianos señalan: Jean-Jaques Rousseau (1712-1778) y Johann Pestalozzi (1746-1827). Rousseau propuso la educación física como necesaria para la educación de la primera infancia. Según él, pensar dependía de

extraer energía del cuerpo en movimiento. Pestalozzi fue un precursor de la escuela primaria y su atención se centró en la correcta ejecución de los ejercicios.

En el siglo XIX Y XX.

Tamayo (2005), afirma que “A partir de 1800 surge un movimiento, que se diferencia a modo de escuela o tendencias, según la cual se entiende las tareas físicas. Más tarde y como fruto de estas, en el S.XX, aparecen los movimientos” (p. 24).

La educación física tuvo una gran influencia en la gimnasia calisténica creada en 1829 en Francia por Phoktion Heinrich Clias (1782-1854). El Calisthenics, creado en 1829 en Francia por Phoktion Heinrich Clias, es, por así decirlo, el verdadero hito en el desarrollo de la gimnasia moderna con bases específicas y completas para la población necesitada: los obesos, los niños, los sedentarios, los ancianos y también para Mujeres Los responsables de la fijación de Callisthenics fueron el Dr. Dio Lewis y la Asociación Cristiana de Hombres Jóvenes (A.C.M.) con una propuesta inicial para mejorar la condición física de los estadounidenses más necesitados.

1.5. Finalidades de la educación física

López y Brunicardi (2016) determinan tres grandes finalidades a las que la educación física actual debe atender:

Desarrollo físico-motriz del alumnado

Para López y Brunicardi (2016):

Se encuentra vinculada a la función más tradicional y de corte racionalista de la educación física. En este sentido, queda demostrado que aún siguen vigentes ciertos aspectos de la educación de lo físico o a través de lo físico, así como la promoción de la salud desde el área. Sin embargo, y pese a que la educación física persigue también

otras funciones, parece que en la actualidad las más tradicionales siguen teniendo cabida como consideraciones que la educación física debe atender. (p. 183)

El desarrollo motor se puede definir de acuerdo con varios eventos en el individuo, es un proceso de transformaciones de por vida en la capacidad de las funciones. A medida que el individuo alcanza la madurez, el desarrollo continúa, es decir, hay una relación entre el desarrollo y la edad. Su crecimiento dependerá de persona a persona ya que cada uno tendrá su propio ritmo.

Creación y recreación de la cultura física del alumnado

Según López y Brunicardi (2016):

Radica en la creación y recreación de la cultura física de los discentes, es decir, en su función vinculada al desarrollo del componente cultural. En este sentido, el argumento cultural que da razón al deporte y al juego se ocupa tanto de transmitir estos tipos de actividades como, especialmente, de tratar de transformarlas con objeto de que los discentes generen nuevas concepciones a partir de ellas. (p. 184)

La educación física debería tener un carácter psicomotor, porque actuaría en los dominios afectivos, cognitivos y motores, apropiados para el crecimiento y desarrollo de los niños de esta edad escolar.

Aportación al planteamiento global del desarrollo integral del alumnado

Por último, la tercera finalidad del área de educación física presentada por López y Brunicardi (2016):

Concierne a la aportación que realiza esta área con respecto al desarrollo integral del alumnado desde, con y a través de la motricidad, cuestión que ya ha sido comentada anteriormente. Sin embargo, en este punto queremos aludir al desarrollo holístico de la persona recordando también la contribución de la educación física en lo

que se refiere al disfrute y la diversión, ligados férreamente al carácter propio de esta asignatura. (p. 284)

El disfrute y la diversión son elementos intrínsecamente valiosos para el desarrollo personal, se encuentran en todas las prácticas de educación física y también desempeñan su papel a la hora de formar al alumnado integralmente.

1.6. Requerimientos de la educación física

Según Omeñaca Puyuelo y Ruiz (2001), los nuevos requerimientos de la educación física son los siguientes:

- Sentido lúdico
- La motricidad como expresión global de a persona
- Desarrollo de la competencia motriz
- Educación en valores para la convivencia
- Experiencias positivas de aprendizaje dotadas de sentido
- Atención a la prosocialidad
- Diversificación y variabilidad en la práctica motriz
- Atención al ámbito de los afectos
- Consecución de aprendizajes significativos

La Educación Física tiene una gran posibilidad de proporcionar la comprensión de la salud a todos, porque es el único lugar donde los niños, independientemente de su clase, color, credo, género, habilidades técnicas y rendimiento. motriz, practicar actividades físicas y, por lo tanto, debe recibir instrucciones para comprender la salud y los hábitos saludables.

1.7. La educación física como educación del cuerpo.

Según Puican (2017):

Junto a la concepción de que la asignatura sólo atiende lo físico, existe la que pone al centro la educación del movimiento. Para esta concepción lo primordial a

promover es lo observable, tangible o posible de medir durante la práctica del alumno, con lo que pasan a segundo término la afectividad y las emociones que exprese, así como el proceso mental que desarrolle para solucionar problemas de orden motriz con los que se enfrenta en la acción. (p. 22)

El compromiso educativo de la Educación Física está relacionado con la corporeidad y el movimiento humano, es interesante señalar que desde el jardín de infantes la organización curricular presenta características específicas, como la presencia profesores de dirección.

1.8. La educación física y el ser competente

Para Puican (2017) el autor menciona que:

La Educación Física fue considerado positivista debido a la relación de causa y efecto entre el ejercicio físico y la salud, donde la falta de actividad física se considera la causa de la enfermedad y se aplica a la recuperación de la salud. Para los autores, Educación Física no debe tener como objetivo la curación o la buena forma física, sino la producción del cuidado de la vida en su expresión corporal. Y es en la escuela que Educación Física es legitimado como un medio eficaz para la educación sanitaria. (p. 22)

Según la autora, a través de sus acciones motoras el niño se integra en el contexto histórico-cultural. Es a través del movimiento que los niños comienzan a organizar su comprensión de las cosas y su organización en el espacio, incluidas las relaciones con las personas que se encuentran en este espacio. Incluso argumenta que para que el niño

construya una imagen y la presente, debe establecerse antes de establecer una relación corporal con el elemento a representar.

Puican (2017) agrega lo siguiente:

La educación física adquiere así un carácter pedagógico que se sustenta en los intereses y las motivaciones personales, así como en el sentimiento de ser competentes de los alumnos, y que reivindica, además, el disfrute y la exploración del movimiento, a nivel individual y en el plano colectivo, hecho que en nuestro medio es muy escaso. (p. 23)

La Educación Física como un área de conocimiento escolar tiene información que ha sido históricamente construida y de una manera que le da sentido al movimiento. La danza, los juegos y los juegos, los deportes, la gimnasia y las peleas son fenómenos de la cultura, es decir, un conjunto de conocimientos construidos por la humanidad a lo largo de la historia. Las intencionalidades de quienes los realizan dan sentido a movimiento.

1.9. La educación física, la influencia de otras áreas y la vinculación entre teoría y práctica.

Asimismo Puican (2017), concibe que:

La Educación Física Escolar tiene una gran posibilidad de proporcionar a todos una comprensión de la salud, ya que es el único lugar donde se crea, independientemente de la clase, el color, el credo, el sexo, las habilidades técnicas y el rendimiento. motriz, practicar actividades físicas y, por lo tanto, debe recibir instrucciones para comprender la salud y los hábitos saludables. El autor continúa informando que en los Estados Unidos, los maestros de la disciplina ya participan en programas de salud en la escuela, como, por ejemplo, la lucha contra la inactividad física y la obesidad. (p. 24)

La educación física tradicional, para el autor, el objetivo del curso debe centrarse en los fundamentos teóricos y prácticos que llevarían a los estudiantes a incorporar el

conocimiento de la actividad física relacionada con la salud y, de esta manera, llevarlos a practicar una vida saludable, no solo en la infancia y la adolescencia, sino También en la edad adulta. Los estudiantes deben comprender la duración, el tipo y la intensidad de la actividad física. Es esencial que los estudiantes entiendan lo que están haciendo. El maestro de Educación Física debe explicar qué hacer y no simplemente pedirles a los estudiantes que repitan movimientos.

1.10. El proceso de enseñanza-aprendizaje en educación física

El proceso de enseñanza-aprendizaje suele ser considerado un acto inherentemente complicado, también en el caso la educación física, en tanto en cuanto enseñanza y aprendizaje se construyen conjuntamente, adaptándose el uno al otro constantemente.

Según Evans, Davies, y Penney (2003):

En el marco concreto de la educación física dicho proceso se establece como un acto social y cultural influido por los contenidos establecidos en el currículo, por cómo se facilita el aprendizaje (modelos pedagógicos, estilos de enseñanza, etc.), así como por las necesidades propias del alumnado. (p. 3)

Para Byra (2006) “con respecto a los contenidos propios de la educación física, conviene recordar que en dicha área se persiguen objetivos de índole psicomotriz, cognitivo y social” (p. 16). Con objeto de optimizar la praxis educativa, el proceso de enseñanza-aprendizaje debe ser abordado concienzudamente y estableciendo unos objetivos y estructura concretos a fin de proveer al educando con los mimbres necesarios que le permitan, desde el convencimiento y voluntad propios, optimizar sus posibilidades de desarrollo motor, intelectual, moral y emocional.

Peiró y Méndez (2017) manifiesta que: “Con esta premisa en mente y pasando a tratar cómo se aborda el proceso de enseñanzaaprendizaje, se observa que durante

los últimos años el interés por los modelos pedagógicos en el área de educación física ha crecido exponencialmente (p. 17).

Estos modelos se basan en “la interdependencia y la irreductibilidad de las relaciones entre el aprendizaje, la enseñanza, el contenido y el contexto”; y se caracterizan por aportar rigor y coherencia al proceso educativo. Así, los modelos pedagógicos garantizan la ubicación del alumnado en el centro de la praxis educativa, alejándose, por tanto, de un currículum centrado en el docente (Peiró y Méndez, 2017 p. 19).

De este modo, los modelos pedagógicos ayudan al profesorado a poner en práctica esa idea de educación física actual a la que hemos ido haciendo referencia en los apartados precedentes, puesto que, entre otras cuestiones de calado, facilitan que el alumnado adquiera autonomía, responsabilidad y perciba la práctica de actividad física como un elemento más en su desarrollo integral. Pese a la pujanza que presentan en la actualidad los modelos pedagógicos, conviene ser cautos y recordar que en educación no existen soluciones inequívocas para que el alumnado aprenda mediante una experiencia educativa íntegra y eficaz; por lo que ningún modelo puede presentarse como la piedra filosofal de la educación física.

CAPÍTULO II

DESCRIBIR LA PLANEACIÓN EN LA ENSEÑANZA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL ÉXITO DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

2.1. Planificación

Según Ramírez (2001):

La planificación en el ámbito educativo, y concretamente en el Área de Educación Física, decíamos que era una función reflexiva del docente que consiste en

organizar flexible y sistemáticamente los contenidos del currículo de Educación Física y la intervención docente, en función de los objetivos educativos, para prever, justificadamente, un plan futuro de actuación eficaz. (p.34)

La planificación consiste en predecir y decidir sobre lo que pretendemos lograr; qué vamos a hacer, cómo vamos a hacerlo; qué y cómo vamos a analizar la situación para ver si se ha logrado lo que queremos

Según Pierón (1988):

Son todas aquellas que el profesor adopta antes del acto de la enseñanza, que preceden al hecho mismo de la enseñanza, pero como veremos más adelante, la planificación abarca otras decisiones que hacen que el proceso sea dinámico, no sólo un trabajo inicial cerrado y acabado. (p. 45)

Para algunos autores, incluido el mencionado anteriormente, la planificación es una actividad humana típica y está presente en la vida de todas las personas en distintos momentos. Cuando se enfatiza que la planificación está relacionada con la vida cotidiana del ser humano, siempre que se planifique, ya que cada vez que se buscan ciertos fines, se enumeran algunos medios necesarios para lograrlo. ellos y eso, en cierto modo, es planificación..

De acuerdo con Ramírez (2001) “La planificación es un proceso necesario para el diseño y la consecución de productos en la Educación Física, siendo estos productos

los objetivos de la misma” (p. 36). Asimismo el autor afirma que los objetivos en Educación Física podemos agruparlos en:

Objetivos encaminados a la adquisición de conductas motrices nuevas

Objetivos encaminados a la modificación de conductas anteriores

Objetivos encaminados a la mejora de la condición física

Objetivos encaminados a la vivencia de métodos correctos de práctica física

Objetivos encaminados a la recreación y disfrute personal

Objetivos encaminados a la asimilación de conceptos relacionados con la Educación Física

Objetivos encaminados a la adquisición de hábitos, actitudes y valores positivos con el entorno y con las personas. (p. 37)

Asimismo, Ramírez (2001) agrega que:

Planificar supone un proceso reflexivo que permite prever estos resultados y productos en los alumnos de una manera ordenada, estructurada y lógica, que asegure el éxito en la consecución de dichos productos en el periodo establecido, y utilizando como medio la Educación Física escolar. (p. 38)

Por lo tanto, la planificación educativa es, ante todo, aplicar a la educación misma lo que los verdaderos educadores se esfuerzan por inculcar en sus estudiantes: un enfoque racional y científico de los problemas. Tal enfoque supone la determinación de los objetivos y los recursos disponibles, el análisis de las consecuencias que surgirán de las diversas situaciones posibles, la elección entre estas posibilidades, la determinación de los objetivos específicos que se alcanzarán dentro de los plazos definidos y, finalmente, el desarrollo de los medios más efectivos para lograrlos. implementar la política elegida. Así concebida, la planificación educativa significa mucho más que el diseño del proyecto: es un proceso continuo, que abarca una serie de operaciones interdependientes.

2.2. Organización curricular del área de educación física

El Ministerio de educación (2010), en el marco del Diseño Curricular Nacional (DCN), el área de Educación Física se ha organizado por competencias, capacidades, conocimientos y actitudes.

Las competencias

Según Ministerio de educación (2010):

El tema de la salud también está relacionado con la consecuencia de una vida activa, con respecto a la práctica de actividades físicas. No negamos este hecho, pero advertimos nuevamente que la actividad física es solo uno de los requisitos para la salud. La salud no solo se adquiere mediante la práctica de actividad física. Discutir, reflexionar y criticar temas relacionados con la salud, como la alimentación, el saneamiento, el ocio, el trabajo, la felicidad, entre muchos otros, también son contenidos que deben impregnar la Educación Física en la búsqueda de proporcionar salud a sus estudiantes. (p. 12)

Muchos aspectos de la escuela y el desarrollo de los estudiantes en la fase escolar favorecen la Educación Física para proporcionar una comprensión de la salud. El autor argumenta que las curiosidades de los estudiantes con sus propios cuerpos y el descubrimiento de posibilidades corporales favorecen la receptividad a la información de salud..

Así, la búsqueda del desarrollo del estudiante mediante las competencias de autonomía, competencia social y objetiva, se convierte en el punto principal que definirá los pasos y guiará la práctica pedagógica del maestro de Educación Física. La concepción crítico-emancipadora prioriza la participación de los estudiantes en la planificación y construcción de clases, respetando su cultura, sus intereses y necesidades, viviendo nuevas y variadas experiencias de movimiento.

El Ministerio de educación (2010) afirma que cada competencia:

Se ha formulado un conjunto de capacidades, conocimientos y actitudes que son coherentes con la competencia respectiva. Esto responde a necesidades de aprendizaje corporal y motriz, y a los requerimientos de la sociedad actual, marco en el cual toda persona necesita conocer y comprender su propio cuerpo, fortalecer su identidad, desarrollarse equilibradamente y cuidar su salud. Además, necesita aprender a dominar su cuerpo mediante el desarrollo de habilidades motrices para expresarse creativamente a través de su motricidad. Es imprescindible relacionarse positivamente con los otros para socializar adecuadamente e incorporar valores y actitudes que permitan actuar éticamente en todo momento de la vida. Estos aspectos no son aislados, sino que constituyen aprendizajes articulados armónicamente, que se manifiestan en cualquier acción corporal y motriz. (p. 12)

En ese sentido, la educación Física Escolar es el mejor lugar para la promoción y educación en salud. Por lo mismo, es difícil imaginar que los objetivos de la disciplina no sean promover el conocimiento de la salud..

El maestro tiene la tarea diaria de preparar sus clases, lo que implica tener claro quién es su alumno, qué quiere con el contenido, cómo comienzas rutinariamente tus clases, cómo las conduces. La clase, en el contexto de la educación escolar, es una síntesis curricular que concreta, efectivamente, construye el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Las capacidades

Para Ministerio de educación (2010):

La Educación física, integrado a la propuesta pedagógica de la escuela, es un componente auditivo obligatorio de Educado Básica, ajustándose a los grupos de edad

y condiciones de la población escolar, para contribuir al desarrollo. del organismo y la personalidad del alumno (p. 14).

Los planes de estudio son el resultado del esfuerzo, la madurez y la experiencia de los maestros y la comunidad educativa, en una visión actualizada de la educación, que ofrece subsidios para el desarrollo de las capacidades del alumno, lo que le permite experimentar convertirse en sujeto en la aventura humana. para construir el propio conocimiento.

El Ministerio de educación (2010), agrega lo siguiente:

Las capacidades, en su conjunto y de manera conectiva, evidencian y posibilitan el desarrollo y fortalecimiento de las competencias que deben lograr los estudiantes.

En algunos casos las capacidades están expresadas de manera compleja. En estas ocasiones, deben desagregarse para que puedan constituirse en los aprendizajes de la sesión.

Cuando las capacidades son puntuales, pueden constituirse en los aprendizajes de la sesión y, a la vez, funcionar como indicadores para la evaluación, cuando son observables.

En el área de Educación Física las capacidades se han organizado en torno a las capacidades físicas, capacidades coordinativas, desarrollo de habilidades motrices y capacidades sociomotrices o de inserción social. (p. 15)

Al señalar a la Educación Física como una forma de desarrollar las capacidades de integralidad de los estudiantes, estos informes son consistentes con una concepción, donde la participación de la Educación Física es con el desarrollo del niño, con el acto de aprender, con los procesos cognitivos. , afectivos y psicomotores, es decir, buscando asegurar la formación integral del alumno.

Los conocimientos

De acuerdo con el Ministerio de educación (2010) “Los conocimientos viabilizan el desarrollo de las capacidades. En la Educación Física deben desarrollarse

a partir de la acción corporal y motriz” (p. 14). Asimismo el Ministerio de educación (2010), agrega que:

En el área se han organizado en: condición física y salud, motricidad, ritmo y expresión, y juegos y deportes; sin embargo, esto responde más a la utilización de un recurso metodológico para organizar los conocimientos. Lo más importante es que el área se orienta a desarrollar, de manera conjunta, las capacidades motrices, cognitivas y de inserción social. (p. 14)

Para ser considerada como una propuesta metodológica de Educación Física, la teoría debe presentar ciertos elementos, como el: conocimiento del tema, sistematizado y distribuido, que generalmente se denomina contenido de enseñanza el tiempo pedagógicamente necesario para el proceso de apropiación del conocimiento; Los procedimientos didáctico-metodológicos utilizados para la enseñanza.

El autor antes mencionado también defiende la idea de que la Educación Física Escolar debe partir del conocimiento corporal popular y sus diversas formas de expresión cultural, con el objetivo de que el estudiante tenga un conocimiento organizado, crítico y autónomo sobre la llamada cultura del movimiento humano.

Las actitudes

Según el Ministerio de educación (2010) “En el área se desarrollan determinados valores y actitudes. Los valores constituyen aprendizajes referidos a creencias sobre aquello que sería deseable. Son principios normativos de conducta que generan determinadas actitudes” (p. 15).

Es muy importante identificar y comprender la actitud de los estudiantes hacia la educación física en edad escolar porque aquellos que tienen una actitud más positiva hacia la actividad física tienen más probabilidades de participar en momentos de

actividad física fuera de la escuela a diferencia de aquellos que muestran una actitud menos positiva.

Para el Ministerio de educación (2010):

Las actitudes se entienden como predisposiciones internas o tendencias estables para actuar o comportarse de una determinada manera ante situaciones, hechos, etc. En el área se han propuesto actitudes relacionadas con el cuidado del cuerpo y la salud, la valoración de las prácticas corporales de diversa índole, la superación personal, el respeto a los otros y el trabajo en equipo. (p. 15)

Por esta razón, comprender la motivación y desentrañar la razón de cada actitud manifestada por los niños durante las clases de educación física es fundamental para la creación de adultos activos, conscientes de la importancia del ejercicio en su vida diaria y, sobre todo, promotores de un estilo vida sana

El Ministerio de educación (2010) afirma que:

Se observa que el maestro de Educación Física, salvaguardando su derecho a la libertad de planificación, debe afirmar su título, en el área de la salud, y recurrir a temas que subsidien las acciones de educación para la salud en los entornos de enseñanza. (p. 15)

2.3. La planificación y programación en la Educación Física

Según el Ministerio de educación (2010):

Dentro y fuera de las escuelas, la sociedad, a través de una amplia difusión de organismos competentes, reconoce al profesor de Educación Física como un

profesional de la salud, ya que ya está presente en los diversos campos de acción en esta área, incluida la participación de la categoría. (p. 19)

La planificación y programación son el pronóstico de los diversos componentes del plan de estudios que se desarrollarán a lo largo del curso, definiendo los objetivos generales y prediciendo el programa de estudios de cada componente.

El Ministerio de educación (2010) agrega:

La planificación en el nivel educativo supone tres aspectos importantes, que se sintetizan en las siguientes interrogantes: ¿cuál es el norte de nuestro trabajo docente? o ¿hacia dónde vamos?, ¿de qué manera vamos a desarrollar nuestra labor educativa? o ¿cómo vamos a llegar?, y ¿cómo sabemos que hemos culminado nuestra tarea pedagógica? O ¿cómo sabemos que hemos llegado? Estas preguntas son respondidas en el momento de elaborar la programación. (p. 19)

Para la planificación y programación curricular, primero se debe definir la concepción filosófica que guiará los fines y objetivos de la acción educativa, luego determinar los criterios para la selección de contenidos. En la elaboración general del plan de estudios, se deben seguir las pautas establecidas por el Ministerio de Educación. La planificación del plan de estudios es preparada por la escuela y todos aquellos que participan en el proceso pedagógico.

Ministerio de educación (2010):

La planificación permite una reflexión previa o a priori sobre los principales factores que pueden influir en la toma de decisiones acertada con respecto a la acción educativa concreta. Por ejemplo, mediante este proceso se pueden formular previsiones respecto a los materiales educativos, instalaciones y equipamiento, las posibles variaciones o desajustes en la programación, las coordinaciones para el trabajo interdisciplinar entre los docentes, etc. En consecuencia, la planificación supone que el docente debe conocer con detalle su entorno y el contexto en que desarrollará su labor. Debe informarse y reflexionar críticamente con el fin de tomar

las mejores decisiones al momento de elaborar su programación curricular en el área de Educación Física. (p. 20)

Una buena planificación de la enseñanza, debe tener las siguientes características: elaborarse de acuerdo con las necesidades y realidades presentadas por los estudiantes; ser flexible ser claro ser elaborado en estrecha relación con los objetivos previstos; Esté preparado teniendo en cuenta las condiciones reales e inmediatas del lugar, el tiempo y los recursos disponibles disponibles.

Kaufman, citado por el Ministerio de Educación (2010), sostiene que “planificar supone un proceso mucho más amplio, que abarca no solo los conceptos didácticos o metodológicos del proceso de enseñanza-aprendizaje, sino que incluye todo el conjunto de acciones y decisiones presentes en el contexto escolar” (21).

La Educación Física vinculada a la planificación y programa curricular se caracteriza por ser un logro de profesionales en el campo, la participación de los maestros de Educación Física, en la construcción de la referida programación, permitirá la reflexión crítica del papel de este componente curricular en la Escuela. Dicho programación debe tener como referencia los Parámetros Curriculares Nacionales.

El Ministerio de educación (2010) agrega que:

Debemos entender la planificación como una continua y secuencial toma de decisiones basada en el resultado de un sistemático proceso de análisis de la realidad en la que se está operando. En cambio, la programación hace referencia de forma más explícita a un área determinada del conocimiento y a la forma en que esta puede ser estructurada, distribuida, presentada a los estudiantes y evaluada. (p. 21)

Este documento no ignora las diversas propuestas existentes para la Educación Física, sino que se centra en la organización de maestros para construir una práctica curricular que proporcione al alumno acceso a las prácticas de cultura corporal. Además, sugiere que los contenidos seleccionados para las clases de Educación Física

deberían proporcionar una mejor lectura de la realidad por parte de los estudiantes y así permitir su visión transformadora de esa realidad.

Según el Ministerio de educación (2010) las diferencias entre planificación curricular y programación curricular son las siguientes frases:

Para la planificación curricular de la Educación Física se toman en cuenta todos los factores que influyen en el proceso educativo. En la programación curricular del área de Educación Física se estructuran y organizan los elementos y procesos del currículo. Otros autores plantean que la planificación es la intención, la reflexión a priori, y que la programación es el producto de estas reflexiones. En ese sentido, una planificación puede tener un conjunto de programaciones. Los docentes del área deben participar activamente en el proceso de planificación del área de Educación Física en el nivel de la institución educativa, lo cual se plasmará en la programación curricular. (p. 21)

Actualmente, la Educación Física ha estado ocupando nuevos e importantes espacios en el área de la Educación, como resultado efectivo de la investigación, los estudios y las aplicaciones teórico-prácticas, con el objetivo del desarrollo integral del ser humano. Paralelamente a estas innovaciones, el campo educativo aparece como uno de los sectores de trabajo más responsables, debido al énfasis que le da al proceso de enseñanza-aprendizaje. Por eso es importante estructurar la disciplina de la Educación Física, dándole la sistematización y organización necesaria para que su práctica satisfaga los intereses y necesidades de los estudiantes.

2.4. Del Proyecto Curricular Institucional a la programación del área

Para el Ministerio de educación (2010):

El Diseño Curricular Nacional debe ser abierto, construido de manera interactiva con los alumnos a partir de sus expectativas y necesidades reales, basándose en ellos

y buscando crear dinámicas reflexivas y transformadoras en las relaciones entre el sujeto en la formación y la participación física y social en la que intervienen. (p. 21)

Los bajos niveles de actividad física que presenta la población joven son preocupantes. El número de jóvenes activos tiende a disminuir, al igual que el número de jóvenes que participan en deportes organizados en un contexto extra-acumulativo. Así. Es importante combatir estos índices y, en consecuencia, cambiarlos. por.

En el Ministerio de educación (2010) se manifiesta que:

Este proceso se desarrolla mediante la construcción de un Proyecto Curricular Institucional (PCI) por la comunidad educativa, a partir del PEI. La construcción del PCI consiste, entre otros procedimientos, en adecuar y contextualizar el Diseño Curricular Nacional a las necesidades, intereses y características de los estudiantes y de la institución educativa, tomando en cuenta la problemática local, regional, nacional y mundial, a partir de las cuales se generan los temas transversales, los valores y actitudes; los mismos que se retoman en la programación curricular. (p. 21)

El PCI, una vez construido, se crea una atmósfera positiva y constructiva en las clases de Educación Física, basada en una relación interpersonal saludable, en la que se brindan retroalimentaciones específicas sobre el desempeño de las tareas y formas de mejorar estos desempeños en un que los estudiantes los perciban como apoyo y aliento, es decisivo para la autoestima y la motivación de los estudiantes y, en consecuencia, para sus niveles de participación y aprendizaje.

Ministerio de educación (2010), afirma que :

A partir del Proyecto Curricular Institucional se generan los Programas Curriculares Diversificados por área y grado, que incorporan la demanda educativa (intereses y necesidades de los alumnos y del contexto) a cada área curricular. Estos incorporan además las competencias, las capacidades, los conocimientos, los valores

y las actitudes del DCN, así como los temas transversales asumidos por la institución educativa. (p. 21)

El programa curricular diversificado por área cuanto más satisfechas están estas necesidades psicológicas básicas, más autonomía tiene el estudiante. Esto lleva a comportamientos más autodeterminados, como jugar al fútbol porque te encantan los juegos de equipo. Por otro lado, si no se satisfacen las necesidades psicológicas básicas, surgirán formas más controladas de motivación, como practicar ejercicio físico porque es bueno para su salud..

El Ministerio de educación (2010), concibe que:

Con el propósito de explicitar par te del proceso de diversificación curricular en el área de Educación Física, imaginemos que trabajamos en una institución educativa en la cual se ha realizado la priorización de la demanda educativa, que consiste en identificar, previo análisis, los problemas y oportunidades de la institución educativa y de su contexto; y determinar luego los temas transversales, valores y actitudes asumidos por la institución educativa. (p. 21)

Como consecuencia de este trabajo se ha detectado, la cultura corporal está representada por el modelo materialista-histórico-dialéctico y busca el aprendizaje, a través de la expresión corporal como lenguaje. A través del cuerpo, el ser humano se mueve, crea formas de lenguaje y expresa su conocimiento. Por lo tanto, los contenidos de la educación física escolar, como juegos, danza, deportes, gimnasia, luchas, se identifican como contenidos / temas que se desarrollarán durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

2.5. Programa curricular diversificado de Educación Física

En esta parte de la monografía se conocen, los objetivos, las bases y el enfoque que se debe de tener en cuenta para trabajar mediante una pedagogía adecuada la educación física en la institución educativa, asimismo se toma en cuenta la demanda

educativa y los diferentes temas transversales que son diversificados para la institución.

Con el objetivo de organizar el plan de estudios de la disciplina de Educación Física a lo largo de los diferentes años de educación básica y secundaria, se preparó este documento, que tiene como objetivo presentar, de manera clara, los objetivos y referencias del éxito en cada nivel de educación, así como los contenidos, criterios e instrumentos para la evaluación de la disciplina. De esta manera, cualquier elemento de la comunidad educativa (Maestros, Estudiantes y Tutores de Educación) puede tener conocimiento de la forma de organización y evaluación en la disciplina de Educación Física, vigente en nuestra escuela.

Por lo tanto, este documento contiene la tabla de "Referencias para el éxito en la educación física", el Plan curricular para modalidades nucleares y alternativas, el Protocolo para la evaluación de la condición física y la evaluación inicial / diagnóstica, los criterios de evaluación específicos y alternativos, y ordenar todos los instrumentos de registro relacionados con la evaluación..

Estos programas fueron concebidos como un instrumento necesario para la educación física de niños y jóvenes para obtener el reconocimiento que necesitan, dejando de ser vistos, por un lado, como meras catarsis emocionales, a través del ejercicio físico vigoroso o, por otro lado, como animación / orientación de (algunos) jóvenes dotados naturalmente para convertirse en artistas de performance deportiva.

La necesidad de crear, en todas las escuelas, las condiciones materiales y pedagógicas para que cada alumno pueda disfrutar de los beneficios de la Educación Física, requiere la definición de una propuesta que adopte una perspectiva de desarrollo. Los programas de Educación Física (una disciplina a la que se hace referencia a continuación como EF), buscan satisfacer este requisito.

El concepto de Educación Física seguido en este plan curricular (conjunto de programas de educación física) sistematiza estos beneficios, enfocándose en el valor

educativo de la actividad física orientada pedagógicamente hacia el desarrollo multilateral y armonioso del estudiante.

Por lo tanto, esta concepción se puede definir como «la apropiación de habilidades y conocimientos técnicos, en la elevación de las capacidades del alumno y en la formación de aptitudes, actitudes y valores ('bienes de personalidad' que representan el rendimiento educativo), proporcionados por la exploración posibilidades de actividad física adecuada: intensa, saludable, gratificante y culturalmente significativa.

Cartel de competencias

El cartel de competencias resume la contribución de la educación física al logro de los efectos educativos globales dirigidos al conjunto (o unidades) de los nueve años de educación básica y expresados en las competencias específicas contenidas en el Currículo Nacional de Educación Básica.

a. Comprensión y desarrollo de la corporeidad y la salud

Los propósitos definen los campos o áreas que conforman el EF, cuyo contenido se hace explícito en los objetivos del ciclo: competencias específicas (plurianuales, para cada área y en su conjunto, o 'comunes a todas las áreas') y en los objetivos del año, que especificar los resultados esperados de los procesos de capacitación aplicados por los docentes en estas áreas y sus asignaturas.

b. Dominio corporal y expresión creativa

Sobre esta base, los programas no trazan una división de dominios / áreas de personalidad, dividiendo los objetivos generales y específicos de la educación física, por ejemplo, en los dominios cognitivo, psicomotor y socio-afectivo de la tríada. Se considera que la actividad del alumno y sus efectos necesariamente integran estos

dominios. De esta manera, las habilidades adquiridas por el estudiante están inextricablemente integradas en estos dominios.

c. Convivencia e interacción sociomotriz

Los programas se organizan en torno a la diferenciación y relación de los tipos de actividad que son característicos de la educación física (áreas y asignaturas de educación física. Los aspectos específicos del desarrollo cognitivo, psicomotor y socio-afectivo están relacionados en este tipo de actividades, integrándose, tanto en los componentes genéricos de los programas (propósitos, objetivos del ciclo y pautas metodológicas) como en sus elementos más detallados (objetivos del año)..

Los temas transversales

La evolución de las prioridades de desarrollo del estudiante, considerando estos dominios, inspira, por otro lado, las opciones para organizar el curso de Educación Física, a lo largo de la educación básica, con respecto a los niveles de logro de las áreas y asignaturas de educación física en cada año por supuesto

Estos programas, por lo tanto, toman la forma de listas de competencias, ubicadas en las divisiones de tiempo de la educación básica (cada uno de los tres ciclos, cada uno de los nueve años del curso), así como los procesos que permiten el logro de los objetivos. Pautas metodológicas Los principios y reglas generales que deben

observarse en la organización de la actividad educativa en las clases de Educación Física.

2.6. La programación anual

Se considera que los procesos de formación son objeto de deliberación pedagógica en términos de la realidad educativa concreta, cuyas limitaciones y posibilidades particulares solo pueden ser apreciadas por el propio profesor.

Para apoyar sus decisiones, el maestro encuentra en la formulación misma de los dos niveles de objetivos del programa, ciclo y año, referencias importantes para la selección y organización de procesos de capacitación, respectivamente, las características de la actividad apropiadas para la expresión de capacidades (objetivos de ciclo / área de EP) y la forma de situaciones de práctica conducentes a la mejora y "prueba" de habilidades específicas (año / objetivos de la asignatura).

Así, se reconoce al profesor la responsabilidad de elegir y aplicar las soluciones pedagógicas y metodológicas más apropiadas, invirtiendo las habilidades profesionales desarrolladas en su formación en esta especialidad, de modo que los efectos de la actividad del alumno correspondan a los objetivos de los programas, utilizando los medios asignado a tal efecto.

Estos programas no son un sustituto de la capacidad de deliberación pedagógica del maestro, ya sea con respecto a la selección, organización y aplicación de procesos de capacitación, o en la periodización de objetivos en cada año e incluso en la definición de los niveles de demanda en el logro de esos objetivos.

Por lo tanto, los programas constituyen una guía para la acción del maestro, quien, motivado por el desarrollo de sus alumnos, encuentra aquí los indicadores para

guiar su práctica, en coordinación con los maestros de educación física de la escuela (y las escuelas en progreso) y también con colegas de otras disciplinas.

En esta perspectiva del trabajo pedagógico, los objetivos de los programas también deben ser objeto de la motivación de los estudiantes, inspirando sus representaciones y su compromiso con la mejora personal en el ámbito de la educación física, en la escuela y durante toda la vida. Básicamente, lo que está en juego es la calidad de la participación del estudiante en la actividad educativa, de modo que tenga un impacto positivo, profundo y duradero.

2.7. La unidad didáctica

Esta preocupación está representada en los objetivos de la Educación Física en el curso de la educación básica, así como en los principios de organización de actividades en clase, basados en una concepción de la participación del estudiante definida por sus principios fundamentales.

Sentido de la unidad didáctica

La garantía de la actividad física correctamente motivada, cualitativamente adecuada y en cantidad suficiente, indicada por el tiempo de práctica en las situaciones

de aprendizaje, es decir, en el entrenamiento y descubrimiento de las posibilidades de superación personal y de los compañeros.

La promoción de la autonomía, mediante la asignación, el reconocimiento y la exigencia de responsabilidades efectivas por parte de los estudiantes, en problemas de organización y en el tratamiento de asuntos que puedan asumir y resolver.

La valorización de la creatividad, a través de la promoción y aceptación de la iniciativa de los estudiantes, guiándola hacia elevar la calidad de su compromiso y los efectos positivos de las actividades.

La orientación de la sociabilidad hacia una cooperación efectiva entre los estudiantes, asociándola no solo a mejorar la calidad de los servicios, especialmente en situaciones de competencia entre equipos, sino también al clima relacional favorable a la mejora personal y al placer brindado por las actividades.

Insumos para elaborar la unidad didáctica

El programa tiene una estructura coherente, pero diferenciada de la organización (en sentido vertical) del curso de Educación Física. Por lo tanto, se diseña un bloque estratégico, desde el quinto hasta el noveno año. Es en este bloque que se establece el tratamiento de materiales en su forma característica, siguiendo las actividades y logros realizados en el 1er ciclo.

Además, es aquí donde se garantiza el tratamiento del conjunto de asignaturas de EF (toda la "extensión"), anticipando el modelo flexible de opciones para estudiantes o clases, recomendado para la educación secundaria. El noveno año estará dedicado a la revisión de las asignaturas, la mejora y / o recuperación de los estudiantes, teniendo como referencia el logro equilibrado y completo del conjunto de competencias previstas para el 3er ciclo.

El quinto año cumple la misma función en relación con el primer ciclo, además de garantizar las bases para un mayor desarrollo. Anteriormente, en el 1er ciclo, se establecía la formación de competencias fundamentales en cada área de educación

física, ya sea a través de formas típicas de la infancia (actividades lúdicas y expresivas para niños), o en prácticas que favorecen no solo el desarrollo en lo social pero también prepare a los niños para las actividades físicas características de los siguientes pasos.

En la escuela secundaria, el décimo año tendrá principalmente el carácter de revisiones / refuerzo, en el sentido de que los estudiantes no solo pueden avanzar en ciertas materias (o probar actividades alternativas), sino también para compensar o recuperar estudiantes / clases en áreas donde revelan más dificultades.

En los días 11 y 12, se admite, como regla general, la elección de estudiantes / clase para las materias en las que prefieren mejorar, sin perder la variedad y la posibilidad de desarrollar o "redescubrir" otras actividades, dimensiones o áreas EF. Por lo tanto, se propone elegir, en cada año (11 y 12 años) dos asignaturas de Deportes Colectivos, otra de Gimnasia o Atletismo, una de Danza y dos del resto.

Pautas sugeridas para programar la unidad didáctica

Todas las competencias específicas de Educación Física previstas en el Currículo Nacional (objetivos del ciclo) deben ser consideradas por todas las escuelas.

Así, con respecto al grado de homogeneidad en la aplicación de los programas en las diferentes escuelas, al especificar los objetivos del ciclo, en cada año y materia, se eligió el siguiente modelo.

Parte del programa es común (o igual) para todas las escuelas, otra parte son alternativas para ser adoptadas localmente, por el departamento de currículum de educación física o por el maestro.

El programa común a todas las escuelas (o "nuclear") está representado, en resumen, para el conjunto del curso de Educación Física, desde el 1er Ciclo de Educación Básica hasta la Educación Secundaria, en el "Marco de composición

curricular". Las razones que justifican la elección de este modelo son, fundamentalmente, las siguientes:

- La parte "común a todas las escuelas" garantiza no solo la homogeneidad del currículo real, en un nivel de desarrollo dado, sino que también determina la asignación de los medios a cada escuela necesario para llevar a cabo todas las áreas (extensión) de EF;
- La parte "alternativas para adoptar localmente" determinará aprovechar las características específicas o condiciones especiales, existentes en cada escuela y también incluirá materias o partes de la materia (ciertos niveles de mejora), de acuerdo con la optimización de estas características o las posibilidades de los estudiantes de habilidades superiores.

En cualquier caso, los maestros tienen los programas necesarios para implementar estas opciones locales, incluso en el caso de materias que se sabe que no son factibles en casi todas las escuelas (el caso de la natación) o que son difíciles de implementar: todos los temas indicados en la "tabla de extensión de EF", incluso aquellos que no forman parte del programa nuclear, se especifican de manera equivalente a la parte obligatoria de los programas.

La selección de este modelo de organización curricular y su desarrollo, consideró dos criterios de decisión:

- Viabilidad de los programas;
- Desarrollo de educación física basada en los programas.

El criterio de viabilidad significa la posibilidad de que los maestros y sus clases implementen programas en las escuelas. El desarrollo de EF se entiende como la influencia de los programas para elevar la calidad de EF y expandir sus efectos.

Sabiendo que las alternativas son opciones para las escuelas, la viabilidad de los programas está asegurada por el hecho de que la parte principal del programa central está compuesta por las materias que la mayoría de las escuelas han incluido en sus

planes curriculares para educación física (es decir, gimnasia, atletismo, Baloncesto, Fútbol, Voleibol y Balonmano).

La aplicación del criterio de desarrollo en estos asuntos tradicionales consiste en sistematizaciones que son homogéneas y consistentes entre sí en su especificación por niveles (introducción, elemental y avanzado). Esto permite una mayor coherencia en la comprensión y coordinación del trabajo entre docentes y en la articulación entre escuelas.

El segundo aspecto de la aplicación del criterio de desarrollo de EF es la inclusión, sobre una base nuclear, de materias que solo han aparecido esporádicamente en los planes escolares y, por lo tanto, en el plan de estudios de los estudiantes. Estas son materias que permiten ampliar significativamente la extensión de la Educación Física y sus beneficios, cubriendo las áreas y subáreas a lo largo de la extensión de la educación física.

Por lo tanto, la lista de materiales nucleares incluye lucha, patinaje, orientación, juegos populares, raquetas y juegos de baile, que son practicables siempre que existan los recursos necesarios para enseñar materiales tradicionales o requieran mejoras accesibles que, en ciertos casos, puede beneficiarse del desempeño de otras actividades.

2.8. La sesión de aprendizaje en educación física

¿Qué significa sesión de aprendizaje?

Según el Ministerio de educación (2010):

Si las clases se preparan sin tener en cuenta todo el marco de planificación y análisis de la enseñanza, quedará por explorar mucho del potencial educativo y de capacitación de una disciplina. Es, por lo tanto, una preparación previa de una clase particular, donde están expuestos, no solo los diversos ejercicios que lo constituyen,

sino también los objetivos específicos inherentes a cada una de las actividades (en otras palabras, los contenidos que se cubrirán); el tiempo dedicado a cada uno de ellos; Los criterios de éxito y su organización didáctica metodológica.

La sesión debe ser simple y objetiva, fácil de leer y comprensible para que otro maestro pueda leerla y comprenderla, conteniendo toda la información necesaria para La enseñanza de la clase, enmarcada en el tiempo y el espacio.

En la planificación de la lección se definió que tiene una estructura tripartita, así como todas las formas de enseñanza o ejercicio en el deporte y como cualquier otra sesión de enseñanza racionalmente organizada, que normalmente se estructura en tres partes: parte preparatoria, parte principal y parte final, con características temporales y sus propios contenidos, que reflejan los objetivos y estrategias esenciales de la conducta docente..

Elementos básicos de la sesión de aprendizaje

La nomenclatura que se adoptó fue: parte inicial, parte fundamental y parte final. Comencé todas las clases, eligiendo dividir la parte inicial de la clase en dos momentos distintos: el primero se dedicó a verificar la presencia de los estudiantes y a explicar los objetivos y la organización de la clase; el segundo, dedicado a la adaptación del organismo al ejercicio físico (calentamiento).

Aprendizajes esperados. Con respecto al segundo momento, traté de seleccionar actividades / ejercicios que permitieran la activación general de los estudiantes, con juegos lúdicos o ejercicios específicos que simultáneamente permitieran la transferencia a las tareas que se desarrollarían en la parte fundamental dependiendo de la duración de la clase y las dificultades.

Secuencia didáctica. La segunda parte del plan de la lección, es decir, la parte fundamental es la más larga y es allí donde se presentan, ejercitan y / o consolidan los

25 contenidos de la lección. En términos de organización, esto varía dependiendo de los objetivos a alcanzar y las unidades de enseñanza a enseñar.

Evaluación. En la mayoría de las clases que enseñé, elegí organizarlas predominantemente por temporadas, ya que descubrí que esta forma de organización resultó ser bastante adecuada para la clase, elevando positivamente la motivación y el compromiso motor de los estudiantes.

La sesión de Educación Física

La educación física solo se convirtió en parte del currículum escolar mucho después de las otras materias, donde solo se determinó el tamaño físico y la resistencia de los estudiantes. La evaluación consistió en exámenes biométricos, que sirvieron para clasificar a los estudiantes y las actividades, que tenían como objetivo los deportes de competición colectiva como el baloncesto y el voleibol para mujeres y el fútbol y el balonmano para hombres.

La educación física en ese momento se basaba en la búsqueda del rendimiento deportivo y la victoria. La suposición es que para que las clases se impartan con el objetivo de entrenar atletas, la clase debe estar compuesta por estudiantes que tengan condiciones físicas similares, lo que permitiría una competencia equilibrada. privilegiando a los más fuertes y excluyendo a los demás.

Por lo tanto, las clases no tenían la intención de aportar conocimiento y un desarrollo amplio, al que los estudiantes tendrían derecho. Solo sería para alabar el nombre de la institución a la que pertenecía con victorias, con incentivos

gubernamentales. Después del período higienista, donde se valoró, además del tamaño físico, la anatomía del cuerpo, centrada en la salud.

En este contexto, utilizaron la educación física para difundir buenos hábitos de higiene en las familias, ya que atribuyeron la propagación de enfermedades a la falta de higiene de la clase menos favorecida.

La educación física era el objetivo de las necesidades productivas, necesidades de salud, necesidades morales, necesidades de adaptación y control social. Por lo tanto, la actividad física tenía como objetivo controlar las enfermedades, donde el maestro tenía apoyo médico para sus actividades y desarrollar actividad física en la escuela, para mantener su cuerpo fuerte y resistente a las enfermedades.

Fases de la sesión en educación física

Fase de inicio

El trabajo de enseñanza requiere estructurar la clase, como la planificación y la organización, para lograr todos los objetivos de la clase, la opción para cada etapa que utilizamos planificar una clase depende del contenido en el que estamos trabajando, depende de las características de los estudiantes y necesito un diagnóstico.

En esta didáctica es importante enfatizar que la estructuración de la clase, requiere creatividad y flexibilidad del maestro, en casos específicos de cada situación que se encuentra frente a una clase.

El maestro debe saber cómo conducir una clase, ser flexible en el manejo de la metodología, siempre debe contribuir al aprendizaje del alumno, en este sentido, depende de él darse cuenta si el contenido se transmite correctamente, cambiando su metodología cuando sea necesario, hasta alcanzan el nivel de transmisión del

contenido y la asimilación de los mismos por parte de los alumnos, ideal para sus clases

. Así, el autor describe los pasos didácticos que son importantes en la estructuración de la clase. Los pasos didácticos son principalmente la preparación del contenido, en consecuencia, la introducción del contenido trabajado, transmitiendo y asimilando el nuevo material, transformándolo en un problema y guía para nuevas preguntas, articulando el contenido del nuevo material con el material antiguo, pudiendo así hacer una evaluación y control de la actividad..

Con respecto a la introducción y preparación del material, podemos decir que esta es la fase de iniciación del nuevo material, de un nuevo estudio, que comprende la preparación del profesor y los alumnos.

Fase principal

El profesor comienza haciendo una retrospectiva sobre la asignatura "antigua", con el diagnóstico de esta asignatura anterior, articula la asignatura nueva, asignando o retrocediendo según las respuestas de los alumnos al conocimiento asimilado en la asignatura anterior.

El tratamiento didáctico de la nueva asignatura requiere una sistematización más profunda en el tratamiento del conocimiento, tanto en transmisión como en asimilación, podemos decir que tenemos el método de enseñanza y el método de asimilación, es decir, aspectos externos e internos.

En el aspecto externo, los métodos de enseñanza no son efectivos para obtener el éxito del objetivo, en este proceso externo podemos decir que es el proceso de conocimiento del alumno, es decir, lo que puede lograr, en sus habilidades y capacidades para desarrollar procesos mentales.

Es en este aspecto externo que el maestro extrae de su alumno lo que ofrece apoyo en el tratamiento del conocimiento, es decir, la importancia del método que

utiliza el maestro para transmitir el contenido, qué recursos utiliza el maestro para adaptar este conocimiento a su estudiante, en ese sentido. proceso que establece el método de asimilación, o aspecto interno.

El proceso interno, el profesor debe conocer el conocimiento de la psicología de la educación. La transmisión y la asimilación siguen un camino de no saber a saber, entendiendo que el maestro tiene que saber sistematizar, porque los estudiantes no van a la escuela sin saber algo, porque los estudiantes ya tienen conocimiento a través de las experiencias.

Fase finalización

El acto de consolidar el conocimiento y las habilidades: podemos decir que la fijación de tareas y ejercicios es muy importante para movilizar la actividad intelectual, el razonamiento, el pensamiento independiente del estudiante, por lo tanto, el recuerdo de actividades pasadas dentro de una sistematización, promueve Estudiar situaciones de la vieja asignatura con nuevos conocimientos.

La aplicación ocurre en todas las etapas didácticas, brinda oportunidades para que los estudiantes creen formas más creativas de conocimiento, tanto en la vida escolar como en la vida social, en la aplicación que se observan nuevas situaciones de conocimiento en los estudiantes, lo que muestra la comprensión amplia del objeto. de estudio.

CONCLUSIONES

- Primera: Fue posible observar, a través de esta monografía, que en las últimas dos décadas los estudios en Metodología de la Educación Física han producido diferentes propuestas pedagógicas para la práctica de la Educación Física. Sin embargo, necesitamos que los maestros reflexionen sobre nuestra realidad leyendo y estudiando las propuestas investigadas.
- Segunda: Entiendo también que no podemos negar el deporte, porque es una producción cultural, pero no debería dar el único contenido para trabajar en las clases de Educación Física. También debemos tomar en cuenta en la planificación el proporcionar al alumno la experiencia de actividades rítmicas y expresivas, conocimiento sobre el cuerpo, atletismo, juegos populares, herramientas de cultura popular, así como crear y rescatar con nuestros alumnos actividades que formen parte de su propia cultura de movimiento.
- Tercera: Si la planificación está vinculada al proceso mental de creación, es esencial que los maestros tengan un objetivo de clase bien definido. Sin embargo, no solo se trata de responsabilizar a los maestros de Educación Física por la ausencia de una planificación, sino que también debemos cuestionar a las escuelas, y dentro de ellas al equipo de gestión, por qué no sensibilizan y no guían al maestro por la importancia de planificar tus clases.

RECOMENDACIONES.

- Fomentar la formación continua y la reflexión crítica: Se recomienda que las instituciones educativas ofrezcan espacios para que los maestros de educación física participen en programas de formación continua y reflexión crítica sobre las propuestas pedagógicas contemporáneas. Esto permitirá que los docentes integren nuevas metodologías adaptadas a su realidad y contexto, mejorando así la calidad de su práctica.
- Diversificar los contenidos de las clases de educación física: Es fundamental que los docentes planifiquen sus clases incorporando una variedad de actividades físicas que no se limiten al deporte. Se sugiere incluir actividades rítmicas, juegos populares, ejercicios expresivos y conocimientos sobre el cuerpo, para brindar a los alumnos una experiencia más enriquecedora y diversa, respetando su cultura de movimiento.
- Fortalecer el apoyo institucional para la planificación: Las escuelas deben asumir un papel más activo en la sensibilización y capacitación de los docentes sobre la importancia de la planificación. Se recomienda que los equipos de gestión diseñen políticas y estrategias de acompañamiento que guíen y apoyen a los maestros en el desarrollo de clases planificadas de manera eficaz, promoviendo un trabajo colaborativo entre maestros y directivos.

REFERENCIAS CITADAS

- Byra, M. (2006). *Estilos de enseñanza y pedagogías inclusivas*. Londres: Sabio.
- Cardeño, J. (2017). *Relación entre actividad física, aptitud física y rendimiento académico*. México: Universidad Montemorelos. Obtenido de <http://dspace.biblioteca.um.edu.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.11972/978/Tesis%20Jorge%20Enrique%20Carde%C3%B1o%20Guzm%C3%A1n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Estrada, S. (2017). *Relación entre niveles de actividad física, comportamientos sedentarios y rendimiento académico en adolescentes*. Zaragoza: Universidad de Zaragoza. Obtenido de <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/13582>
- Evans, J., Davies, B., y Penney, D. (2003). *La construcción social de la enseñanza y el aprendizaje: la política de la pedagogía*. Londres: Falmer Press.
- López, V. y Brunicardi, D. (2016). *Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. España: Universidad de Murcia.
- Ministerio de educación. (2009). *Diseño curricular nacional*. Lima: MINEDU.
- Ministerio de educación. (2010). *Orientaciones para el trabajo pedagógico. Área de educación física*. Lima: Gráfica Navarrete S.A.
- Morales, J. (2017). *Programa de actividad física para el desarrollo de las capacidades orgánico motrices en el rendimiento académico de los estudiantes de turismo de la Facultad de Ingeniería de la Universidad Nacional de Chimborazo, 2015 (Tesis doctoral)*. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Omeñaca, O., Puyuelo, E. y Ruiz, J. (2001). *Explorar, jugar, cooperar*. Barcelona: Paidotribo.
- Peiró, C., y Méndez, A. (2017). *Modelos pedagógicos en educación física. Tándem, didáctica de la educación física*. México: Grao.
- Peralta, H. (1999). *Educación y Calidad de Vida*. Colombia: Colorgraphics Digital .
- Pierón, M. (1988). *Pedagogía de la actividad física y del deporte*. España: Universidad Internacional Deportiva.

- Pieron, M. (1999). *Investigación sobre la enseñanza de la educación física. implicaciones para los profesores*. España: Universidad La Coruña.
- Puican, A. (2017). *Modelo didáctico con enfoque sistémico desarrollador para mejorar las etapas de diseño, conducción y evaluación del proceso enseñanza aprendizaje de la educación física*. Lambayeque: Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. Obtenido de <http://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/UNPRG/1916/BC-TES-TMP-762.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Quispe, P. (2015). *La práctica de las actividades físico-deportivas en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Policía Nacional del Perú Programa Colibri, Juliaca - 2014*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano. Obtenido de http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/2695/Quispe_Yucra_Pio_Nestor.pdf?sequence=1
- Ramírez, J. (2001). *Teoría de la planificación*. España: Universidad de Malaga.
- Tamayo, J. (2005). *Apuntes de la Asignatura: Historia de la Educación Física*. España: Universidad de Huelva.