
EDUCACION FISICA

INTRODUCCION

La Ley Federal de Educación establece entre los objetivos del Nivel Inicial: "Favorecer el proceso de desarrollo motor" en función de posibilitar el desarrollo armónico e integral de los niños y las niñas y favorecer la preservación de su salud psico física.

La educación física en el Nivel Inicial aborda el desarrollo del cuerpo y de sus capacidades motrices y expresivas. Si bien el cuerpo y el movimiento están presentes en la totalidad de la experiencia del niño y de la niña, el trabajo en esta disciplina se orienta específicamente a enriquecer el proceso mediante el cual el niño y la niña van a adquirir el acervo motor propio de su edad y la formación de un cuerpo hábil y expresivo que les permita su individuación e integración al medio.

La educación física es una educación por el movimiento que considera al cuerpo como una totalidad, que tiene una historia con influencias sociales y culturales.

Un buen desarrollo físico es la base de una buena expresión motriz y constituye uno de los primeros eslabones de una cadena de aprendizajes. La educación física se propone mejorar la salud, desarrollar una adecuada capacidad motora, la formación física y la adquisición de destrezas y habilidades propias de la edad, mejorar la calidad de vida, prestigiando en este proceso las vivencias corporales y motrices con sus connotaciones socioafectivas, ya que el desarrollo motriz es la unidad de la persona.

Cuando el niño y la niña saltan, flexionan, arrojan o toman la pelota, descubren y organizan paulatinamente sus percepciones, es decir que también están estructurando su imagen corporal.

La enseñanza de la educación física debe considerar fundamentalmente la necesidad de movimiento del niño y de la niña respetando sus propias posibilidades.

Es necesario considerar aquí a las niñas y a los niños con necesidades educativas especiales o con alguna discapacidad, los que también tienen el derecho a trabajar desde sus posibilidades.

En síntesis, mediante la enseñanza de la educación física, los alumnos y las alumnas del Nivel Inicial tendrán la oportunidad de:

- Tomar conciencia de las características de su cuerpo e imagen corporal.
- Reconocer sus posibilidades y limitaciones motrices y el control progresivo del movimiento.
- Desarrollar confianza en sí mismos y en sus posibilidades corporales.
- Comunicarse y expresarse. Vivir el placer del movimiento.
- Aprender a cuidar su cuerpo y el de los otros.
- Conocer y cuidar el entorno.

ORGANIZACION DE LOS CBC DE EDUCACION FISICA PARA EL NIVEL INICIAL

Esta estructura está pensada para presentar los CBC y no prescribe una organización curricular para su enseñanza. De igual modo, la numeración de los bloques es arbitraria y no supone un orden para su tratamiento. Los contenidos procedimentales se relacionan con los conceptuales, ya que implican estrategias que deben aprenderse conjuntamente. En razón de la especificidad de los contenidos de este capítulo, los contenidos conceptuales y procedimentales se presentan articulados en bloques compuestos para ambos. Los contenidos actitudinales suponen la formación de actitudes en relación al conocimiento de este campo, tanto desde la conceptualización como desde las estrategias de construcción.

Los Contenidos Básicos Comunes de Educación Física para el Nivel Inicial están organizados en cuatro bloques.

Bloque 1: Conciencia corporal: imagen y percepciones.

Bloque 2: Conocimiento y dominio del cuerpo y los objetos en el ambiente.

Bloque 3: Juegos motores.

Bloque 4: Contenidos actitudinales.

En la caracterización de cada bloque se detalla:

- a) una síntesis explicativa general;
- b) as expectativas de logros al finalizar el Nivel Inicial.

La selección de contenidos de cada bloque no esta pensada como una clasificación rígida, sino como una alternativa que permite integraciones e interconexiones diversas.

CARACTERIZACION DE LOS BLOQUES DE EDUCACION FISICA PARA EL NIVEL INICIAL

CONTENIDOS CONCEPTUALES

BLOQUE 1: CONCIENCIA CORPORAL, IMAGEN Y PERCEPCIONES

Síntesis explicativa

El cuerpo y el movimiento son la base orgánica y el instrumento que les permiten a las personas comunicarse y expresarse realizando los procesos básicos de adaptación al mundo exterior y generando la posibilidad de transformación del entorno.

Este bloque, que se relaciona con todos los otros, pone el acento en el conocimiento vivencial del cuerpo. A través de las sensaciones propioceptivas, el niño y la niña conocerán sus características estructurales y funcionales, la conciencia postular , su utilización y representación, la toma de conciencia global y segmentaria.

Expectativas de logros del bloque 1 de Educación Física al finalizar el Nivel Inicial

Los alumnos y las alumnas deberán:

- Iniciarse en la aceptación y expresión desinhibida del propio cuerpo a partir de la construcción de su imagen corporal.

BLOQUE 2: CONOCIMIENTO Y DOMINIO DEL CUERPO Y LOS OBJETOS EN EL AMBIENTE

Síntesis explicativa

Los contenidos de este bloque tienden al logro de la coordinación dinámica general, a la organización espacial y temporal, y a la formación corporal y cuidado de la salud, que servirán de base para aprendizajes mas complejos en la Educación General Básica.

La actividad física permitirá el contacto y disfrute de la vida al aire libre y en la naturaleza.

Partiendo del desarrollo inicial y potencial de los niños y de las niñas se trabajara en la adquisición de habilidades y destrezas ampliando su repertorio motor.

El abordaje de las capacidades físicas no demanda un tratamiento específico, ya que su desarrollo se produce en relación con los otros contenidos del bloque. El niño y la niña desarrollaran hábitos en relación a su salud e higiene corporal para una mayor y mejor calidad de vida.

Expectativas de logros del bloque 2 de Educación Física al finalizar el Nivel Inicial

Los alumnos y las alumnas deberán:

- Adquirir hábitos de higiene, cuidar su cuerpo y el de sus compañeros.
- Comenzar a cuidar el entorno.
- Adquirir una mayor coordinación dinámica general.
- Desarrollar habilidades y destrezas necesarias para la vida cotidiana.

BLOQUE 3: JUEGOS MOTORES

Síntesis explicativa

El juego es una actividad fundamental para el desarrollo de la niñez. De allí la importancia de este bloque.

El niño y la niña juegan para integrar su personalidad, expresar sentimientos, relacionarse con los otros, para conocer y conocerse. Es innegable la importancia del juego y, muy especialmente, los juegos motores para ser y desarrollarse.

Comenzando con juegos motores espontáneos hasta llegar a juegos normados, con reglas puestas por el adulto o elaboradas grupalmente, los niños y las niñas van probando las habilidades y destrezas que van adquiriendo, al mismo tiempo que realizan aprendizajes sociales. Aprenden a cooperar, a perder, a competir sanamente "competencia que el docente o la docente ayudan a regular", a aceptar las reglas.

Expectativas de logros del bloque 3 de Educación Física al finalizar el Nivel Inicial

Los alumnos y las alumnas deberán:

- Iniciarse en el respeto por las reglas, la elaboración y la construcción de las mismas en forma cooperativa, integrando habilidades y destrezas en el desarrollo de juegos motores.

BLOQUE 4: CONTENIDOS ACTITUDINALES

Síntesis explicativa

La selección de los contenidos y de las estrategias utilizadas posibilitara la adquisición de los contenidos actitudinales.

El conocimiento de su propio cuerpo, el aprendizaje de habilidades y destrezas motoras, el juego espontaneo y reglado, los hábitos higiénicos, posibilitaran en el niño y en la niña el cuidado y valoración de su cuerpo y el de los otros.

SINTESIS DE LOS CBC DE EDUCACION FISICA PARA EL NIVEL INICIAL

BLOQUE 1: CONCIENCIA CORPORAL. IMAGEN Y PERCEPCIONES

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- El cuerpo propio y el de los demás (forma global y segmentaria), diferencias y semejanzas con los otros.
- Conocimiento de las posibilidades y limitaciones motrices, de su cuerpo y el de los otros.
- Ritmos internos:
 - Pulso, ritmo cardiaco y respiratorio a partir del movimiento.
- Imagen del propio cuerpo. Conocimiento de su predominancia lateral.
- Adaptación de los ritmos biológicos a las actividades físicas, lúdicas y de la vida cotidiana.
- El cuerpo en reposo y el cuerpo en movimiento.

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- Exploración de las características del cuerpo en forma global y segmentaria.
- Discriminación y reconocimiento de diferencias y semejanzas con el cuerpo de los otros.
- Reconocimiento de los lados del cuerpo respecto del eje de simetría.
- Coordinación y control corporal en las actividades que implican tanto el movimiento global como el segmentario.
- Exploración a través de los sentidos del cuerpo y del medio externo, identificando las sensaciones y percepciones que se obtienen:
 - Arrojar, caer, flexionar, girar, etc.
 - Posiciones: parado, sentado, acostado, derecho, torcido.
- Movimientos inhibitorios, tensión y relajación global y segmentaria.
- Vivencias relacionadas con lo espacial: el espacio del cuerpo, el espacio próximo, el espacio total y parcial, orientación del cuerpo y sus partes, en relación a si mismos, a los otros y a los objetos.

BLOQUE 2: CONOCIMIENTO Y DOMINIO DEL CUERPO Y LOS OBJETOS EN EL AMBIENTE

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- El cuerpo y el cuidado de la salud.

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- Coordinación dinámica general. Habilidades y destrezas. Habilidades manipulativas:
 - Ajuste de desplazamientos con cambios de dirección y velocidad, en forma individual, con compañeros y colectivamente.
 - Coordinación de las habilidades motrices sorteando obstáculos, sobre terrenos del ámbito natural, sobre aparatos, etc.
 - Adquisición progresiva de las formas de salto: profundidad, largo, alto, rebote y giro.
 - Coordinación y control de los apoyos con elevación de tronco e impulso de pies. "Potrillo y conejito".
 - Adquisición progresiva de rodadas y rolidos.
 - Experimentación de combinaciones simples: desplazamientos y rolidos, cuadrupedia y rolido.
 - Exploración de sus posibilidades de trepa, suspensión y balanceo sobre aparatos y elementos de naturaleza. Planos horizontales y oblicuos.

- Adecuación de los tonos musculares en el dominio de las habilidades motrices utilizando el propio cuerpo y el de los otros con elementos intermediarios.
- - Control corporal en las diferentes formas de equilibración y reequilibración.
- Ajuste del movimiento propio al espacio, a los objetos y al movimiento de los otros.
- Experimentación de las distintas formas de lanzamiento: con una y dos manos, por sobre obstáculos, con dirección, a distintas distancias, a blancos fijos y móviles.
- Coordinación de pases y recepción con compañeros, primero sin y luego con objetos intermediarios.
- Coordinación de piques con manos e impulsos con pies, primero sin y luego con elementos intermediarios.
- Adecuación del movimiento a las características del objeto: forma, peso, superficie, dimensión, textura, etc.
- Coordinación y control de las habilidades manipulativas finas.
- Orientación del cuerpo en el espacio: adentro, afuera, encima, debajo, etc.
- Orientación: hacia adelante, hacia atrás, a un lado, al otro, etc.
- Desplazamientos sobre líneas rectas, curvas, etc., en forma individual y grupal, en rondas.
- Secuencias de movimientos, rápido-lento, antes-después, al mismo tiempo.
- Vivencia, regulación y control de la fuerza a través de habilidades motoras.
- Vivencia y regulación de la resistencia (aeróbica).
- Vivencia y regulación de la velocidad.
- Afianzamiento de la flexibilidad: extensiones y flexiones globales y segmentarias.
- Hábitos de higiene y cuidado personal.
- Contribución al mantenimiento e higiene del entorno físico.
- Utilización adecuada de los materiales e instalaciones para la actividad física a fin de prevenir accidentes.
- Cuidado del entorno natural como medio propio de las personas a través de actividades como: campamentos de corta duración y práctica progresiva, marchas, etc.

BLOQUE 3: JUEGOS MOTORES

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- Juegos individuales y grupales con y sin reglas. Reglas preestablecidas incipientes y complejas, con y sin roles definidos.
- Significado de las reglas y consignas.
- Comprensión y creación de reglas.
- Repertorio de juegos y rondas infantiles, populares y tradicionales, de su zona y de otras zonas.
- Juegos masivos con roles definidos.
- Juegos con refugio individuales y grupales.
- Juegos por bandos.

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- Creación grupal o individual de juegos.
- Ajuste del movimiento propio a los requerimientos de los juegos: cálculo de distancias, velocidad, etc.
- Elección y uso de refugios individuales y grupales.
- Ajuste a consignas y reglas.
- Organización de juegos libres, grupales e individuales.
- Elaboración de reglas.
- Aplicación y ajuste de las habilidades motrices en los juegos.

BLOQUE 4: CONTENIDOS ACTITUDINALES

En relación con el conocimiento y su producción

Iniciación en:

- La valoración de los aprendizajes corporales del propio cuerpo y sus posibilidades perceptivas, motrices y expresivas.
- El gusto por la actividad física.

En relación con los otros

Iniciación en:

- La valoración del trabajo con los otros (cooperación).
- El respeto por las reglas y las consignas.
- El cuidado y conservación del entorno.

En relación consigo mismo

Iniciación en:

- La confianza en si mismos. Autoestima.
 - El disfrute de la vida al aire libre y en la naturaleza.
 - La aceptación de los diferentes niveles de destreza alcanzados.
-