



GOBIERNO DE MENDOZA
DIRECCIÓN GENERAL DE ESCUELAS
Subsecretaría de Innovación y Transformación Educativa

**APORTES PARA LA ELABORACIÓN DE
SECUENCIAS DIDÁCTICAS
POLIMODAL**

**Material para la Reflexión, la Discusión y la
Toma de Decisiones**

**Educación Física
2005**

PRODUCCIÓN DE MATERIALES

Prof. Gloria Inés García

Prof. Norma Cisterna

Lic. Susana Leticia Horas

EDUCACIÓN FÍSICA

1. Fundamentación del Área:

La Educación Física, como espacio común en Polimodal, tiene un carácter formativo y en este sentido debe encaminar sus propias energías hacia una formación general y polivalente, ampliando y profundizando en el conocimiento y desarrollo de la conducta motriz de los/las estudiantes. La Educación Física a través de la adquisición, progreso y perfeccionamiento de las capacidades y habilidades motrices, procura contribuir al conocimiento y comprensión del propio cuerpo y de sus posibilidades de movimiento.

La Educación Física, desde un punto de vista histórico, ha formado parte de diferentes concepciones y finalidades de la conducta motriz que se han manifestado en la currícula o acciones educativas y, que han tenido como fundamento la convergencia de diversos aspectos sociales y culturales. En el entramado configurado por éstos factores sociales y culturales es conveniente señalar las necesidades creadas en una sociedad posmoderna que contribuye, cada vez mas a promover actitudes sedentarias asociadas al tipo de vida que producen inconvenientes a nivel de salud tanto física y psíquica, como social y de manera simultánea, se convierte en la génesis de lo que designa como la civilización del ocio con la problemática que de ello deriva.

Inmersa en esta realidad y atendiendo al conjunto de capacidades y habilidades puestas en marcha en los niveles precedentes, parece adecuado que el proceso formativo que se realiza por medio de la Educación Física se estructure en torno a dos concepciones relevantes y significativas:

- Por un lado hacia la mejora de la salud, abordando aquellos aspectos de la condición física que están estrechamente vinculados a ella y promoviendo la adopción de actitudes reflexivas y críticas frente a factores que inciden de forma negativa sobre la misma y;
- Por otro lado, hacia la exploración, investigación e integración de diversas posibilidades de movimiento que puedan ofrecer y convertirse en respuesta a las distintas necesidades e intereses y expectativas de los alumnos y alumnas del Polimodal, y al mismo tiempo contribuyan al equilibrio personal y de relación social, al perfeccionamiento de la habilidad motriz, a la mejora del factor de decisión en su enseñanza,

al uso dinámico del tiempo de ocio y a la compensación del habitual sedentarismo, tan propia de los adolescentes

En el Nivel Polimodal, este proceso formativo debe favorecer al afianzamiento de la autonomía del alumno/a para satisfacer sus propias necesidades motrices, de desarrollo personal y social en función de la mejora de la calidad de vida y el activo disfrute del ocio. Este afianzamiento se construirá por medio de una intervención pedagógica orientada a vincular el **“saber”** sobre el conocimiento del cuerpo, con los relativos al **“saber hacer”** generando en los alumnos el aprendizaje de **procedimientos significativos** y necesarios para **planificar, sistematizar y realizar sus propias actividades físicas o deportivas**, como así también la de sus compañeros; de tal manera que los dos tipos de conocimientos, el teórico y el práctico, focalizados como un continuo, se transformen en una particularidad de nuestra área, integrándose en base a un tratamiento esencialmente **procedimental**.

Además, la intervención pedagógica, otorgando siempre un sentido estructurante a los procedimientos, debe propiciar la construcción de actitudes y de valores, **“saber ser”** y; a la vez, promover acciones que tiendan a favorecer la posibilidad de **“ aprender a convivir juntos”**.

Actualmente, en torno al deporte en forma específica y las actividades físicas de manera general se han generado múltiples y variados intereses y expectativas, no sólo desde una perspectiva educativa sino también sociológica, psicológica, etc., dado que ambos aspectos representan factores determinantes para el desarrollo del cuerpo. Como consecuencia, es necesario que nuestros alumnos/as de Polimodal desarrollen hábitos de reflexión crítica que sienten las bases que los impulsen a tomar decisiones personales alrededor de aquellos rasgos sociales y culturales que contextualizan dichas actividades.

La práctica regular de diversas actividades físicas, individuales y colectivas, deberán plantearse en función de las posibilidades motrices e intereses individuales de los alumno/as, como así también a las características de la escuela, facilitando la consolidación de actitudes de respeto, solidaridad y cooperación.

Se plantea, también, la necesidad de modificar nuestras prácticas en Educación Física. Los alumnos están cambiando, las concepciones dominantes del cuerpo, de la enseñanza de la Educación Física y del deporte están siendo cuestionadas. Estos cambios y cuestionamientos generan desafíos a nuestra forma de pensar la Educación

Física, de organizar la clase, los grupos. En este sentido es necesario destacar que la producción y generación de conocimientos y experiencias corporales se enriquece con la conformación de grupos mixtos en las prácticas.

Respondiendo al carácter propedéutico de la formación, esta área tratará de orientar asimismo, hacia opciones de profundización de estos aprendizajes en el nivel superior o en cualquiera de los ámbitos de actuación profesional propios de la Educación Física.

2. Organización Curricular de la Educación Física en el Nivel Polimodal

Se continúa en este nivel con la estructura organizativa que presenta la Educación Física desde el Nivel Inicial, ya que tiene sustento científico-pedagógico y nos permite tener una visión integradora y globalizada de los contenidos. Se propone entonces para organizar los contenidos, EJES desde una visión integradora constituyendo **una unidad de significado** en torno a la cual los contenidos conceptuales y procedimentales, pueden ser trabajados según las capacidades PSICOMOTRICES, FISICOMOTRICES Y SOCIOMOTRICES:

EJE:
FORMACIÓN
PERCEPTIVO-MOTRIZ
Y DESARROLLO DE
LA HABILIDAD
ESPECÍFICA
ESPECIALIZADA

Enuncia la intención de focalizar sobre aquellos aspectos fundantes de la motricidad de base, que junto con la evolución de los patrones de movimientos y de las capacidades coordinativas conducen a la conquista de la habilidad específica especializada de los deportes. (capacidades psicomotrices)

EJE:
FORMACIÓN FISICA Y
CALIDAD DE VIDA

Aúna en sí, contenidos que promueven la adquisición, el desarrollo y el mantenimiento de una “condición física” relacionada con la salud y una participación activa del sujeto en el uso de su actual y futuro tiempo libre (capacidades fisicomotrices)

EJE:
FORMACIÓN
DEPORTIVA Y SER
CON LOS DEMÁS

Pone la atención en la iniciación en los deportes y en el proceso socializante implícito en la interacción relacional que aquellos ofrece, por medio de situaciones de cooperación, confrontación, comunicación y contracomunicación y la apropiación de la idiosincrasia cultural (capacidades sociomotrices)

Los mismos se organizan con grado de complejidad y especificidad que le permiten al alumno/a del Nivel Polimodal construir su propia experiencia corporal y motriz en conexión con los saberes y haceres corporales y motrices que ellos expresan y desafiar sus máximos rendimientos posibles en relación con sus posibilidades e intereses particulares.

3. Expectativas de Logros y Aprendizajes Acreditables para el Nivel Polimodal

EXPECTATIVAS DE LOGROS:

APRENDIZAJES ACREDITABLES:

Se espera que los alumnos/as en el transcurso del Nivel Polimodal logren:

A los alumnos/as se les habrá de proporcionar las condiciones y oportunidades de aprendizaje, de modo que al finalizar el Nivel Polimodal puedan:

<u>Expectativas de logros</u>	<u>Aprendizajes Acreditables</u>
<p>Utilizar las capacidades técnico coordinativas en las habilidades y destrezas específicas de los deportes y analizar su propia ejecución.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar decisiones precisas, en forma autónoma, aplicando las habilidades y destrezas específicas, en la resolución de actividades propias de los deportes. ▪ Analizar la ejecución de sus propias habilidades específicas para generar nuevas acciones, solos y con otros, para el perfeccionamiento de aquellas.
<p>Aplicar los procedimientos convenientes para diseñar su propio programa de condición física y los métodos para el desarrollo de las actividades de vida en la naturaleza, asumiendo una actitud crítica ante hábitos que tienen efectos perjudiciales para la salud.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizar las herramientas del entrenamiento y la evaluación de su condición física con el objeto de desarrollar su propio programa individual para mejorar el potencial personal de salud y calidad de vida. ▪ Desenvolverse con celeridad y noción de los procedimientos adecuados en caso de accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza, encuentros deportivos y recreativos.
<p>Transferir con inteligencia diversas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Transferir inteligentemente y en forma creciente, diversas situaciones motrices de las interrelaciones entre los distintos

<p>situaciones motrices surgidas de la estructura interna de los deportes exigiendo la acción motriz mas adecuada y asumir una actitud crítica ante el desempeño del rol asignado.</p>	<p>parámetros estructurales y funcionales que componen la lógica interna de los deportes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Asumir una actitud crítica ante el desempeño del rol asignado por su equipo o grupo y aceptar cambiarlo, en beneficio de acciones colectivas táctico-estratégicas.
--	--

4. Aportes didácticos para la Enseñanza de la Educación Física en el Nivel Polimodal:

Desde el currículum propuesto se plantea una nueva visión que condiciona de una manera diferente los procesos de enseñanza aprendizaje. La concepción del aprendizaje como un proceso de construcción del propio alumno supone, que éste participe activamente en la reconstrucción de sus esquemas anteriores de conocimiento para integrar en ellos, de manera significativa, las nuevas adquisiciones. Esta visión estará centrada en:

- presentar el contenido de enseñanza de manera que pueda ser captado por el alumno/a;
- posibilitar la aparición de procesos reflexivos que le permitan comprender e integrar a sus estructuras cognoscitivas los nuevos aprendizajes que se le van proponiendo y;
- evitar que aprendan contenidos aislados y sin articulación.

Debido a la diversidad de situaciones de aprendizaje que se pueden dar en nuestra área, es necesario hablar de un continuo que va desde estrategias pedagógicas que favorecen el desarrollo de la capacidad perceptiva del alumno (aprendizaje perceptivo), hasta estrategias pedagógicas que propician el desarrollo de la capacidad productiva y creativa (autoaprendizaje) del alumno/a.

Esto exige del profesor, la aplicación de diversos tipos de estrategias de enseñanza: instructiva, participativa y emancipativa, que tendrán por objeto asegurar la progresiva autonomía de decisión y de acción del alumno/a. Esto supone una intervención del profesor con claros propósitos de ayuda, guía, orientación y apoyo, respecto del aprendizaje del alumno/a.

La acción docente debe estar vinculada firmemente con el nivel de competencia de los alumnos/as, es decir, cuanto mayores sean las dificultades que el alumno encuentra

para efectuar la tarea, mayor será el nivel de ayuda y directividad del profesor y por el contrario, cuanto mayor sea la competencia del estudiante, menor será la ayuda brindada por el docente.

En esta etapa de Polimodal debemos diseñar la enseñanza de manera poco directiva, que a nivel práctico se transforma en una disminución de la toma de decisiones por parte del docente y un aumento de la misma por parte de los alumnos, sin olvidar que no todos pueden asumir el mismo grado de emancipación en su aprendizaje. Por ello es necesario estar atentos a las diferencias individuales y/ o grupales de los alumnos/as.

Éste proceso va a ser desarrollado de manera progresiva y requiere que el alumno se vaya adaptando a éstas propuestas didácticas.

Las estrategias de enseñanza, instructiva, participativa y emancipadora contextualizan y regulan los planteos didácticos del profesor con una orientación estratégica, y como consecuencia se convierten en puntos de referencia para guiar el proceso de enseñanza por medio de dinámicas y modelos de evaluación coherentes entre sí.

5. Aportes para la Evaluación de la Educación Física en el Nivel Polimodal

La Evaluación en la Educación Física se nos presenta a partir de dos perspectivas claramente definidas: una tradicional y una constructivista.

La **evaluación tradicional** mide generalmente la cantidad de conocimientos u objetivos logrados, representados en nuestras prácticas como la cuantificación y objetivación de los niveles de habilidad y rendimiento finales: la toma de datos, el almacenamiento de números, la comparación de los resultados de los alumnos con respecto a las estadísticas normalizadas.

La evaluación desde la **perspectiva constructivista** tiende a centrarse en las implicancias que una construcción particular del conocimiento tiene. Mientras los métodos tradicionales se dirigen principalmente a evaluar el presente y en el mejor de los casos el pasado reciente (evaluación formativa y acumulativa), **los métodos constructivistas enfatizan abiertamente la evaluación del desarrollo**, como proyecto de continuidad y cambio en la aproximación al conocimiento.

Para llevar a cabo una evaluación desde ésta perspectiva es necesario personalizar la enseñanza a través de actividades reales integrando procesos y contenidos, búsqueda de significados, el error como auto-evaluación, etc.

Evaluar los **tres tipos de contenido**: conceptual, procedimental y actitudinal en sus **tres ejes**: de la formación perceptivo motriz, de la formación física y de la formación sociomotriz, o los ejes que determine la estructura del Diseño Curricular.

- Utilizando un sistema de evaluación menos estructurado y más simbólico que los procedimientos convencionales.
- Aplicando **variedad de técnicas e instrumentos** que atiendan a las dimensiones del contenido: técnicas de observación, de interrogatorio y de resolución de problemas, etc. (*registro de asistencia, cuadernos del alumno, análisis del trabajo en clase, entrevistas, pruebas objetivas, test, escalas, listas de control, fichas individuales*).
- Considerando **todas las modalidades de la evaluación y todos sus momentos** bajo criterios flexibles que prioricen el proceso, la participación y el compromiso en el aprendizaje.

Para promover éste tipo de evaluación será necesario plantear actividades novedosas tales como: experiencias desencadenantes, actividades cortas y significativas, fichas de auto-corrección, etc.

La dificultad de evaluar en Educación Física se plantea a partir del divorcio entre como se enseña y como se evalúa. Una posible solución a ésta problemática podría ser que la evaluación se inserte y forme parte del programa de enseñanza. Esto significa: individualizar, adecuar procedimientos, permitir la auto-evaluación y la co-evaluación.

La evaluación implica el propio proceso y no se trata de un juicio terminal del proceso, sino que las actividades de evaluación están incluidas dentro de las propias actividades de enseñanza y aprendizaje.

Evaluar implica reflexionar y valorar un proyecto educativo de acuerdo con una planificación previa que nunca es neutral; subyace en último término el modelo de personas y de sociedad que deseamos.

La evaluación se entiende como un proceso de reflexión interna que debe considerar todas las condiciones y el contexto en que se produce el aprendizaje. De todo lo anterior podemos deducir lo siguiente:

Para poder recoger datos debemos planificar y sistematizar los momentos de observación y registro y que estos sean numerosos y variados. Para poder observar y registrar datos, debemos **ordenar los momentos de evaluación en el tiempo, establecer los criterios a evaluar, diseñar las actividades modelo y las hojas donde registrar las observaciones.**

A modo de ejemplo se podría registrar si el alumno es capaz de:

- Elaborar y poner en práctica su propio programa de Condición Física teniendo en cuenta las variables básicas para la elaboración del mismo.
- Ejecutar con fluidez las habilidades específicas del deporte elegido en situaciones variadas.

6. Los Contenidos Actitudinales para el Nivel Polimodal

Estos han sido seleccionados en relación con: el desarrollo personal, el desarrollo socio-comunitario y el desarrollo de la comunicación.

- o Valoración del juego y el deporte como medios para disfrutar en forma activa el tiempo y el ocio.
- o Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo, mediante el desarrollo de los valores cooperativos en la práctica de las actividades deportivas.
- o Aceptación del desafío que supone jugar con otros evitando actitudes de rivalidad y comprendiendo el nivel de oposición como una estrategia de juego.
- o Aceptación de normas y reglas que se derivan de la práctica de juegos y deportes.
- o Actitud de interés hacia la actividad física y el ejercicio, reconociendo su valor como medio para aumentar el potencial de salud, incorporando el ejercicio frecuente, moderado y sistemático en el propio estilo de vida.
- o Espíritu crítico frente a los diferentes sistemas de entrenamiento conocidos y adopción de los más beneficiosos para la programación de la propia actividad física.
- o Reflexión crítica acerca de los efectos que determinadas prácticas sociales negativas tienen sobre la salud y el rol preventivo de las actividades físicas cumplen.

- o Participación activa en las actividades propuestas, con independencia del nivel alcanzado en la realización de las mismas.
- o Respeto por las normas para la conservación y mejora del medio natural.
- o Valoración y respeto de las normas básicas de seguridad para la realización de las diversas actividades en el ambiente natural, tomando conciencia de los peligros que supone no hacerlo.
- o Confianza en las propias posibilidades corporales y motrices, disposición y perseverancia para la práctica de actividades físicas y deportivas

APRENDIZAJES ACREDITABLES POR AÑO EN EL NIVEL POLIMODAL

7. Presentación de los Aprendizajes Acreditables por año en el Nivel Polimodal

	1º	2º	3º
EJES	APRENDIZAJES ACREDITABLES		
FORMACIÓN PERCEPTIVO-MOTRIZ Y DESARROLLO DE LA HABILIDAD MOTORA ESPECÍFICA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tomar decisiones aplicando habilidades y destrezas específicas en la resolución de actividades complejas de clase. ✓ Analizar la ejecución de sus propias habilidades específicas y generar nuevas acciones, solos y con otros, para el mejoramiento de aquellas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tomar decisiones precisas, aplicando las habilidades y destrezas específicas en la resolución de actividades específicas de los deportes. ✓ Analizar la ejecución de sus propias habilidades específicas para generar nuevas acciones, solos y con otros, para el perfeccionamiento de aquellas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tomar decisiones precisas, en forma autónoma, aplicando las habilidades y destrezas específicas, en la resolución de actividades propias de los deportes. ✓ Analizar la ejecución de sus propias habilidades específicas para generar nuevas acciones, solos y con otros, para el perfeccionamiento de aquellas.
FORMACIÓN FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Planificar y ejecutar procedimientos básicos, para el desarrollo y mantenimiento de su condición física, en forma individual y en pequeños grupos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Conocer los mecanismos fisiológicos de adecuación del organismo en la práctica sistemática de actividades físicas, comprender y utilizar herramientas del entrenamiento y de la evaluación como 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utilizar las herramientas del entrenamiento y la evaluación de su condición física con el objetivo de desarrollar su propio programa individual para mejorar

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Actuar sin dudar, aplicando el/ los procedimientos adecuados, en caso de accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza, encuentros deportivos y recreativos. 	<ul style="list-style-type: none"> requisito previo para una planificación propia. ✓ Desenvolverse con celeridad y conocimiento de los procedimientos adecuados en caso de accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza, encuentros deportivos y recreativos. 	<ul style="list-style-type: none"> el potencial personal de salud y calidad de vida. ✓ Desenvolverse con celeridad y conocimiento de los procedimientos adecuados en caso de accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza, encuentros deportivos y recreativos.
<p>FORMACIÓN DEPORTIVA Y SER CON LOS DEMÁS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ejecutar las estrategias diseñadas con su equipo, alcanzando el objetivo previsto. ✓ Desempeñar el rol asignado por su equipo o grupo y aceptar cambiarlo, en beneficio de acciones colectivas táctico-estratégicas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transferir inteligentemente y en forma creciente diversas situaciones motrices de las interrelaciones entre los distintos parámetros estructurales y funcionales que componen la lógica interna de los deportes. ✓ Asumir una actitud crítica ante el desempeño del rol asignado por su equipo o grupo y aceptar cambiarlo, en beneficio de acciones colectivas táctico-estratégicas. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transferir inteligentemente y en forma creciente diversas situaciones motrices de las interrelaciones entre los distintos parámetros estructurales y funcionales que componen la lógica interna de los deportes. ✓ Asumir una actitud crítica ante el desempeño del rol asignado por su equipo o grupo y aceptar cambiarlo, en beneficio de acciones colectivas táctico-estratégicas.

PROPUESTA DE APERTURA DE CONTENIDOS
POR AÑO EN EL NIVEL POLIMODAL

1º AÑO DE POLIMODAL

FORMACIÓN PERCEPTIVO MOTRIZ

Contenidos Conceptuales

Contenidos Procedimentales

FACTOR TÉCNICO COORDINATIVO

Las capacidades coordinativas. Clasificación.

Diferenciación.

Aplicación de la diferenciación en pases y lanzamientos acorde a: la ubicación y distancia entre él, su compañero y el objetivo.

Aplicación de la diferenciación en el saque de los diferentes deportes acorde a la: altura de la red; formación de defensa del adversario; zonas protegidas; potencia de saque; etc.

Aplicación de la diferenciación en la recepción de un saque acorde a altura, potencia; su propia ubicación; la posterior dirección de la pelota; etc.

Ritmización.

Creación de diferentes técnicas de movimientos en series simples y complejas; en movimientos expresivos con elementos y secuencias rítmicas; etc.

Orientación.

Ejecución de distintos tipos de pases y lanzamientos acorde al objetivo y/o ubicación de sus compañeros y/ o adversarios.

	mejora de los aspectos técnicos de la ejecución.
FORMACIÓN FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA	
Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
<p>Las Capacidades Condicionales.</p> <p>Clasificación. Características.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velocidad • Flexibilidad • Fuerza • Resistencia Aeróbica <p>Principios básicos para su desarrollo.</p>	<p>Ejecución de actividades físicas con cargas de media intensidad, en distintos contextos.</p> <p>Aplicación de los principios básicos para el desarrollo de las distintas capacidades condicionales.</p> <p>Programación de competencias de carreras de velocidad, llanas o con obstáculos y postas, en grupos o niveles de condición semejantes</p> <p>Ejecución de actividades de recuperación y estabilización de las funciones orgánicas.</p> <p>Elaboración y práctica de los propios programas con series y frecuencia.</p> <p>Evaluación, regulación y dosificación de los propios programas.</p>
<p>Relajación. Funciones. Técnica.</p>	<p>Práctica de técnicas de relajación.</p>

CUIDADO DE SÍ MISMO	
Entrada en calor. Fundamentos. Finalidad. Tipos.	Ejecución de técnicas más convenientes para la entrada en calor, general y específica.
La actividad física. Consecuencias en la salud.	Práctica de actividades físicas placenteras para prevenir y atenuar los efectos del estrés y el sedentarismo. Práctica de procedimientos específicos para el cuidado que requiere el cuerpo antes, durante y después de las actividades físicas, en la escuela y en la vida cotidiana.
Normas de Higiene y seguridad.	Aplicación de normas de higiene y seguridad individual y grupal en situaciones concretas de clase o simuladas.
Técnicas básicas de primeros auxilios.	Aplicación de los primeros auxilios más adecuados en caso de lesiones y accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza y en encuentros deportivos.
EL ENTORNO NATURAL Y LA SOCIO-RECREACIÓN	
El entorno Natural. Grandes Juegos en campamentos. Nociones de organización del trabajo.	Ejecución y evaluación de actividades lúdicas al aire libre y de vida en la naturaleza. Organización de nuevas propuestas originadas a partir de la evaluación.
Subsistencia en el medio natural.	Práctica de actividades básicas de supervivencia,

	orientación, alimentación y seguridad en el medio natural.
Modos de orientarse en la naturaleza.	Resolución de situaciones problema de orientación en la naturaleza utilizando la información que brindan los mapas, las señales naturales y los instrumentos.
Tiempo Libre. Características Generales. Habilidades específicas.	Aplicación de habilidades específicas para el tiempo libre (escalar, trepar, andar en bicicleta acampada).
Actividades socio-culturales. Convivencia con otros.	Programación y practica de juegos recreativos comunitarios, interinstitucionales, municipales (maratón comunitaria; de solidaridad; ciclo paseos; juegos de búsqueda; juegos de orientación, etc.)
Recreación. Grandes juegos en campamentos y excursiones.	Organización y ejecución de juegos tradicionales autóctonos, etc.
Juegos recreativos.	Organización y ejecución de juegos comunitarios inter-departamentales, de integración, de comunicación-cooperación.

FORMACIÓN LÚDICO DEPORTIVA Y SER CON LOS DEMÁS

Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
DEPORTE PARA TODOS	
Habilidades específicas de los deportes.	Aplicación de marcación individual, zonal, fintas en deportes colectivos.
Acciones de ataque y defensa de deportes individuales y colectivos: desmarque, marcación individual, fintas, paradas (tipos) esquives, etc.	Práctica y ajuste de las habilidades específicas a la función de ataque y defensa y a los requerimientos de situaciones del deporte.
<u>Los saltos</u> : características específicas de los deportes de aplicación.	Aplicación de saltos de acuerdo a las distintas situaciones de juego y al deporte elegido o seleccionado.
<u>Los Lanzamientos</u> : características específicas según los deportes de aplicación.	Aplicación de lanzamientos de acuerdo a las distintas situaciones de juego y al deporte elegido o seleccionado.
<u>Los pases</u> : características específicas según los deportes de aplicación.	Ejecución de pases de acuerdo a las distintas situaciones de juego y al deporte elegido o seleccionado.
<u>El dribling</u> : características específicas según los deportes de aplicación.	Aplicación de los distintos tipo de dribling de acuerdo a las distintas situaciones de juego y al deporte elegido o seleccionado.
<u>Tipos de Recepciones</u> : características específicas según los deportes de aplicación.	Aplicación de las recepciones de acuerdo a las distintas situaciones de juego y al deporte elegido o seleccionado.

<p>Habilidades y destrezas específicas con elementos y aparatos.</p>	<p>Práctica de habilidades y destrezas específicas, en distintos elementos deportivos y gimnásticos.</p> <p>Ejecución de series de destrezas, combinadas entre sí y con otras habilidades específicas.</p> <p>Análisis de las dificultades de la ejecución de las diferentes técnicas de movimientos, en las actividades físico deportivas.</p> <p>Diseño y práctica de ejercitaciones motrices para la mejora de los aspectos técnicos de la ejecución.</p> <p>Evaluación de las situaciones de aplicación para la mejora de los aspectos técnicos de la ejecución.</p>
<p><u>Deportes individuales:</u> (atletismo, natación, gimnasia artística, etc.) Características.</p>	<p>Aplicación de habilidades específicas de los deportes individuales.</p>
<p><u>Ascensos y descensos:</u> Características específicas.</p>	<p>Práctica de técnicas de montañismo, ascensos, escaladas y descensos, con instrumentos específicos.</p>
<p><u>Deportes Colectivos:</u> Características.</p>	<p>Aplicación de habilidades específicas para resolver situaciones de incertidumbre que le planteen los deportes.</p>

<p><u>Institucionalidad de la regla.</u></p>	<p>Aplicación de reglas de los distintos deportes.</p>
<p><u>Noción de equipo.</u></p>	<p>Ajuste de los comportamientos individuales, en el accionar grupal.</p>
<p><u>Relaciones:</u> reglas, situaciones, objetivos, acción, táctica, estrategia, comunicación, contra-comunicación.</p>	<p>Ajuste de las habilidades específicas a los roles, a las funciones y a los sistemas de comunicación y contra-comunicación de los deportes.</p>
<p>La táctica como resolución de situaciones.</p>	<p>Diseño, aplicación y evaluación de sistemas tácticos, a partir del planteo del adversario.</p>
<p>La estrategia como plan para resolver el juego.</p>	<p>Práctica y análisis de las situaciones concretas del juego en las que se ataca y en las que se defiende.</p>

2º AÑO DE POLIMODAL

FORMACIÓN PERCEPTIVO MOTRIZ

FACTOR TÉCNICO COORDINATIVO

Contenidos Conceptuales

Contenidos Procedimentales

Las Capacidades coordinativas.

Medidas Metodológicas:

La variación de la ejecución motora.

La modificación de las condiciones externas.

La combinación de destrezas motoras.

Ejecución y práctica de habilidades motoras específicas utilizando la variación motora a través de la modificación de la amplitud y la aplicación de las fuerzas de movimiento.

Ejecución y práctica de la variación motora a través de la ejecución del dribling y el lanzamiento con distintos ritmos acústicos.

Ejecución y practica de las condiciones externas del dribling, salto, carrera, lanzamiento, etc.; a través de: la utilización de obstáculos variando su altura o su distribución; de la utilización de pelotas de diferentes tamaños; de la reducción de la superficie de apoyo; etc.

Ejecución y práctica de la combinación de las destrezas motoras a través del acoplamiento del pasar y recibir con la carrera o con el salto, el lanzamiento después de acciones tácticas previas, etc.

<p>La ejercitación a velocidad máxima.</p>	<p>previas, etc.</p> <p>Ejecución y práctica de la utilización de la ejercitación a velocidad máxima, a través del desarrollo de la recepción y pase de una pelota, movimientos de empuje, o de levantamiento con comando externo, carrera de obstáculos con cronometraje; etc.</p>
<p>La variación de la percepción informativa.</p>	<p>Realización y práctica de la aplicación de la variación de la percepción informativa a través de introducción de elementos perturbadores; incertidumbre sobre la localización y el carácter de los estímulos (visuales, auditivos); incertidumbre sobre el objetivo de la tarea; etc.</p>
<p>La ejercitación luego de haber realizado otra actividad.</p>	<p>Ejecución y práctica de la utilización de la ejercitación luego de haber realizado otra actividad a través del empleo de una carga previa a la ejecución de ejercicios para el desarrollo de las capacidades de orientación, de diferenciación, de adaptación y de reacción.</p>

FORMACIÓN FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
<p><u>La Planificación de la actividad física para la Salud.</u> Variables básicas.</p>	<p>Planificación y consecución de un programa de condición física a partir de la consideración de la frecuencia, la intensidad, el tiempo de cada ejercicio, del tipo de actividad, la progresión y la variedad para la organización de las sesiones.</p>
<p><u>Los componentes Físicos de la Salud:</u></p> <p>El ejercicio cardio-respiratorio o aeróbico.</p>	<p>Ejecución de los sistemas continuos y fraccionados para el desarrollo de la resistencia.</p>
<p>La fuerza y la resistencia muscular.</p>	<p>Ejecución y práctica de los sistemas de entrenamiento (auto cargas-ejercicios con el propio cuerpo-sobrecargas-cargas externas al cuerpo-circuitos-multilanzamientos-multisaltos) para el desarrollo de la fuerza y resistencia muscular.</p>
<p>La flexibilidad.</p>	<p>Práctica y realización de los métodos (activo-simple y cinético-pasivo-simple y stretching) en la contracción estiramiento) para el desarrollo de la flexibilidad.</p>
<p>La velocidad.</p>	<p>Puesta en práctica de los medios (juegos de reacción, juegos de persecución y agarre, ejercicios de mejora de técnica, repeticiones de distancias cortas, ejercicios para mejorar la</p>

<p><u>La Valoración de la Condición Física</u></p>	<p>potencia general; etc.) para el desarrollo de la velocidad.</p> <p>Realización y utilización de pruebas de la condición física para su posterior análisis e interpretación de los resultados.</p>
<p>CUIDADO DE SÍ MISMO</p>	
<p>Seguridad en la actividad física sistemática.</p> <p>Normas de higiene.</p> <p>Técnicas básicas de 1º auxilios.</p> <p>Prevención Sísmica.</p> <p>Hábitos sociales y sus efectos en la actividad física y la salud.</p>	<p>Práctica de medidas preventivas (antes- durante y después de la práctica tales como: las capacidades, la climatología, los ejercicios, el control de la intensidad, la hidratación, la alimentación, el descanso, etc.) para el desarrollo de una actividad física sin riesgos.</p> <p>Empleo de normas de higiene en situaciones diversas.</p> <p>Aplicación de los primeros auxilios más adecuados en caso de lesiones y accidentes en actividades físicas, de vida en la naturaleza y en encuentros deportivos y recreativos.</p> <p>Práctica de medidas de seguridad en caso de sismo y/ o terremoto.</p> <p>Análisis del impacto y la influencia de hábitos sociales positivos (estilo de vida activo; etc.) y negativos (sedentarismo; bulimia; anorexia; alcoholismo; drogadicción etc.)</p>

EL ENTORNO NATURAL Y LA SOCIO-RECREACIÓN

<p>Actividades físicas y ocio-recreativas en el ambiente natural.</p> <p>Distintas formas de vida en la naturaleza.</p>	<p>Desarrollo y puesta en práctica de acciones que impliquen la planificación, organización y realización de actividades en el medio natural.</p> <p>Práctica a nivel lúdico-recreativo de los fundamentos técnicos propios de las actividades seleccionada en el medio natural.</p> <p>Elaboración y puesta en práctica de las actividades de vida en la naturaleza, para la ocupación y disfrute de su tiempo de ocio.</p>
<p>Normas esenciales de precaución, protección y seguridad en el medio ambiente.</p>	<p>Análisis y empleo de criterios de seguridad personal y grupal y de preservación del medio ambiente ligados a la montaña y al agua.</p>
<p>Recreación. Grandes juegos en campamentos y excursiones.</p>	<p>Organización y ejecución de juegos tradicionales autóctonos, etc.</p>
<p>Juegos recreativos.</p>	<p>Organización y ejecución de juegos comunitarios inter-departamentales, de integración, de comunicación-cooperación.</p>

FORMACIÓN LÚDICO DEPORTIVA Y SER CON LOS DEMÁS

DEPORTES

Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
<p>Juego, deporte y contexto sociocultural, discursos de participación y rendimiento.</p> <p>El rendimiento deportivo. Características Generales.</p> <p><u>El Juego Deportivo</u>: deportes psicomotores; deportes sociomotores: de cooperación, de oposición, de cooperación-oposición.</p>	<p>Análisis de las relaciones entre diversos aspectos socioculturales y el deporte: violencia y deporte.</p> <p>Distinción entre los modos institucionalizados y no institucionalizados de práctica deportiva.</p> <p>Tratamiento crítico de los efectos nocivos del sobre-entrenamiento.</p> <p>Análisis de los riesgos de la utilización de estimulantes en el deporte.</p> <p>Puesta en práctica de medios para el logro óptimo del rendimiento deportivo, consideraciones a cerca de la importancia de la recuperación, el sueño y la alimentación en la práctica deportiva.</p> <p>Consecución y adecuación de habilidades específicas a situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición.</p> <p>Discriminación y utilización de roles y sub-roles a asumir en las distintas actividades deportivas.</p>

La estrategia y la táctica en los deportes psicomotores y sociomotores.

Discriminación y utilización de roles y sub-roles en la resolución de problemas motores originados en contextos reales de juego en situaciones lúdico deportivas, de cooperación y oposición.

Adecuación de las respuestas motoras personales a la estrategia del grupo en situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición.

Análisis y evaluación de tareas y dinámicas en equipos deportivos.

Análisis y evaluación de actuaciones y resultados en competencias deportivas.

Planificación, organización y participación en eventos y competencias.

Análisis y evaluación de acciones propias, de compañeros y oponentes en situaciones de juego en relación con el desarrollo de la capacidad de anticipación.

3º AÑO DE POLIMODAL

FORMACIÓN PERCEPTIVO MOTRIZ

FACTOR TÉCNICO COORDINATIVO

Contenidos Conceptuales

Contenidos Procedimentales

Las Capacidades coordinativas.

Medidas Metodológicas:

La variación de la ejecución motora.

La modificación de las condiciones externas.

La combinación de destrezas motoras.

Ejecución y práctica de habilidades motoras específicas utilizando la variación motora a través de la modificación de la amplitud y la aplicación de las fuerzas de movimiento.

Ejecución y práctica de la variación motora a través de la ejecución del dribling y el lanzamiento con distintos ritmos acústicos.

Ejecución y practica de las condiciones externas del dribling, salto, carrera, lanzamiento, etc.; a través de: la utilización de obstáculos variando su altura o su distribución; de la utilización de pelotas de diferentes tamaños; de la reducción de la superficie de apoyo; etc.

Ejecución y práctica de la combinación de las destrezas motoras a través del acoplamiento del pasar y recibir con la carrera o con el salto, el lanzamiento después de acciones tácticas previas, etc.

<p>La ejercitación a velocidad máxima.</p>	<p>previas, etc. Ejecución y práctica de la utilización de la ejercitación a velocidad máxima a través del desarrollo de la recepción y pase de una pelota, movimientos de empuje, o de levantamiento con comando externo, carrera de obstáculos con cronometraje; etc.</p>
<p>La variación de la percepción informativa.</p>	<p>Realización y práctica de la aplicación de la variación de la percepción informativa a través de introducción de elementos perturbadores; incertidumbre sobre la localización y el carácter de los estímulos (visuales, auditivos); incertidumbre sobre el objetivo de la tarea; etc.</p>
<p>La ejercitación luego de haber realizado otra actividad.</p>	<p>Ejecución y práctica de la utilización de la ejercitación luego de haber realizado otra actividad a través del empleo de una carga previa a la ejecución de ejercicios para el desarrollo de las capacidades de orientación, de diferenciación, de adaptación y de reacción.</p>

FORMACIÓN FÍSICA Y CALIDAD DE VIDA

CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
<p><u>La Planificación de la actividad física para la Salud.</u> Variables básicas.</p>	<p>Planificación y consecución de un programa de condición física a partir de la consideración de la frecuencia, la intensidad, el tiempo de cada ejercicio, del tipo de actividad, la progresión y la variedad para la organización de las sesiones.</p>
<p><u>Los componentes Físicos de la Salud:</u> El ejercicio cardio-respiratorio o aeróbico.</p>	<p>Ejecución de los sistemas continuos y fraccionados para el desarrollo de la resistencia.</p>
<p>La fuerza y la resistencia muscular.</p>	<p>Puesta en práctica de los sistemas de entrenamiento (auto cargas-ejercicios con el propio cuerpo-sobrecargas-cargas externas al cuerpo-circuitos-multilanzamientos-multisaltos) para el desarrollo de la fuerza y resistencia muscular.</p>
<p>La flexibilidad.</p>	<p>Ejecución de los métodos (activo- simple y cinético-pasivo-simple y stretching) en la contracción estiramiento) para el desarrollo de la flexibilidad.</p>
<p>La velocidad.</p>	<p>Aplicación y ejecución de los medios (juegos de reacción, juegos de persecución y agarre, ejercicios de mejora de la técnica, repeticiones</p>

<p><u>La Valoración de la Condición Física</u></p>	<p>de distancias cortas, ejercicios para mejorar la potencia general; etc.) para el desarrollo de la velocidad.</p> <p>Realización y utilización de pruebas de la condición física para su posterior análisis e interpretación de los resultados.</p>
<p>CUIDADO DE SÍ MISMO</p>	
<p>Seguridad en la actividad física sistemática.</p> <p>Normas de higiene.</p> <p>Técnicas básicas de 1º auxilios.</p> <p>Prevención Sísmica.</p> <p>Hábitos sociales y sus efectos en la actividad física y la salud.</p>	<p>Práctica de medidas preventivas (antes- durante y después de la práctica como: las capacidades, la climatología, los ejercicios, el control de la intensidad, la hidratación, la alimentación, el descanso, etc.)) para el desarrollo de una actividad física sin riesgos.</p> <p>Aplicación de normas de higiene en situaciones diversas.</p> <p>Aplicación de los primeros auxilios más adecuados en caso de lesiones y accidentes en actividades físicas de vida en la naturaleza y en encuentros deportivos y recreativos.</p> <p>Práctica de medidas de seguridad en caso de sismo y/ o terremoto.</p> <p>Análisis del impacto y la influencia de hábitos sociales positivos (estilo de vida activo; etc.) y negativos (sedentarismo; bulimia; anorexia; alcoholismo; drogadicción etc.)</p>

EL ENTORNO NATURAL Y LA SOCIO-RECREACIÓN

Actividades físicas y ocio-recreativas en el ambiente natural.

Distintas formas de vida en la naturaleza.

Desarrollo y puesta en práctica de acciones que impliquen la planificación, organización y realización de actividades en el medio natural.

Práctica a nivel lúdico-recreativo de los fundamentos técnicos propios de las actividades seleccionadas en el medio natural.

Elaboración y puesta en práctica de las actividades de vida en la naturaleza para la ocupación y disfrute de su tiempo de ocio.

Normas esenciales de precaución, protección y seguridad en el medio ambiente.

Análisis y empleo de criterios de seguridad personal y grupal y de preservación del medio ambiente ligados a la montaña y al agua.

Recreación. Grandes juegos en campamentos y excursiones.

Organización y ejecución de juegos tradicionales autóctonos, etc.

Juegos recreativos.

Organización y ejecución de juegos comunitarios inter-departamentales, de integración, de comunicación-cooperación.

FORMACIÓN LÚDICO DEPORTIVA Y SER CON LOS DEMÁS

DEPORTES

Contenidos Conceptuales	Contenidos Procedimentales
<p>Juego, deporte y contexto sociocultural, discursos de participación y rendimiento.</p> <p>El rendimiento deportivo. Características generales.</p> <p><u>El Juego Deportivo</u>: deportes psicomotores; deportes sociomotores: de cooperación, de oposición, de cooperación-oposición.</p>	<p>Análisis de las relaciones entre diversos aspectos socioculturales y el deporte: violencia y deporte.</p> <p>Distinción entre los modos institucionalizados y no institucionalizados de práctica deportiva.</p> <p>Tratamiento crítico de los efectos nocivos del sobre-entrenamiento.</p> <p>Análisis de los riesgos de la utilización de estimulantes en el deporte.</p> <p>Puesta en práctica de medios para el logro óptimo del rendimiento deportivo, consideraciones a cerca de la importancia de la recuperación, el sueño y la alimentación en la práctica deportiva.</p> <p>Consecución y adecuación de habilidades específicas a situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición.</p> <p>Discriminación y utilización de roles y sub-roles a asumir en las distintas actividades deportivas.</p> <p>Discriminación y utilización de roles y sub-roles</p>

	<p>en la resolución de problemas motores originados en contextos reales de juego en situaciones lúdico deportivas de cooperación y oposición.</p> <p>Adecuación de las respuestas motoras personales a la estrategia del grupo en situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición.</p> <p>Análisis y evaluación de tareas y dinámicas en equipos deportivos.</p> <p>Análisis y evaluación de actuaciones y resultados en competencias deportivas.</p> <p>Planificación, organización y participación en eventos y competencias.</p> <p>Análisis y evaluación de acciones propias, de compañeros y oponentes en situaciones de juego en relación con el desarrollo de la capacidad de anticipación.</p>
--	---

Selección y propuesta de secuenciación de contenidos en sus tres dimensiones para Polimodal:

<p>Años</p> <p>Dimensiones</p>	<p>1º AÑO DE POLIMODAL</p>	<p>2º AÑO DE POLIMODAL</p>	<p>3º AÑO DE POLIMODAL</p>
<p><u>CONCEPTUAL</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Habilidades específicas de los deportes. 2. Noción de equipo. 3. La táctica como resolución de situaciones. 4. La estrategia como plan para resolver el juego. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. <u>El Juego Deportivo</u>: deportes psicomotores; deportes sociomotores: de cooperación, de oposición, de cooperación-oposición. 2. La estrategia y la táctica en los deportes psicomotores y sociomotores. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. El Juego Deportivo: deportes psicomotores; deportes sociomotores: de cooperación, de oposición, de cooperación-oposición. 2. La estrategia y la táctica en los deportes psicomotores y sociomotores.

<p><u>PROCEDIMENTAL</u></p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplicación de marcación individual, zonal, finta en deportes colectivos. 2. Ajuste de los comportamientos individuales, en el accionar grupal. 3. Diseño, aplicación y evaluación de sistemas tácticos, a partir del planteo del adversario. 4. Práctica y análisis de las situaciones concretas del juego en las que se ataca y en las que se defiende. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Consecución y adecuación de habilidades específicas a situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición. 2. Discriminación y utilización de roles y sub-roles a asumir en las distintas actividades deportiva. 3. Discriminación y utilización de roles y sub-roles. 4. En la resolución de problemas motores originados en contextos reales de juego en situaciones lúdico deportivas, de cooperación y oposición. 5. Adecuación de las respuestas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Consecución y adecuación de habilidades específicas a situaciones lúdico deportivas de cooperación-oposición. 2. Discriminación y utilización de roles y sub-roles a asumir en las distintas actividades deportiva. 3. Discriminación y utilización de roles y sub-roles. 4. En la resolución de problemas motores originados en contextos reales de juego en situaciones lúdico deportivas, de cooperación y oposición. 5. Adecuación de las respuestas
-----------------------------	--	---	---

		<p>motoras personales a la estrategia del grupo en situaciones lúdico deportivas, de cooperación-oposición.</p> <p>6. Análisis y evaluación de tareas y dinámicas en equipos deportivos.</p> <p>7. Análisis y evaluación de actuaciones y resultados en competencias deportivas.</p> <p>8. Planificación, organización y participación en eventos y competencias.</p> <p>9. Análisis y evaluación de acciones propias, de compañeros y oponentes en situaciones de juego en relación con el desarrollo de la capacidad de anticipación.</p>	<p>motoras personales a la estrategia del grupo en situaciones lúdico deportivas, de cooperación-oposición.</p> <p>6. Análisis y evaluación de tareas y dinámicas en equipos deportivos.</p> <p>7. Análisis y evaluación de actuaciones y resultados en competencias deportivas.</p> <p>8. Planificación, organización y participación en eventos y competencias.</p> <p>9. Análisis y evaluación de acciones propias, de compañeros y oponentes en situaciones de juego en relación con el desarrollo de la capacidad de anticipación.</p>
--	--	---	---

<p><u>ACTITUDINAL</u></p>	<p>1. Valoración de la asistencia y práctica activa de las clases de Educación Física.</p> <p>2. Aprecio por la actuación eficiente y uso adecuado de la inteligencia táctico-estratégica en la resolución de incertidumbres propias del deporte.</p> <p>3. Tolerancia ante las diferencias de sexo, de nivel de habilidad, de razas, de temperamento.</p>	<p>1. Valoración del juego y el deporte como medios para disfrutar en forma activa el tiempo y el ocio.</p> <p>2. Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo, mediante el desarrollo de los valores cooperativos en la práctica de las actividades deportivas</p> <p>3. Aceptación del desafío que supone jugar con otros evitando actitudes de rivalidad y comprendiendo el nivel de oposición como una estrategia de juego.</p>	<p>1. Valoración del juego y el deporte como medios para disfrutar en forma activa el tiempo y el ocio.</p> <p>2. Cooperación y aceptación de las funciones atribuidas dentro de una labor de equipo, mediante el desarrollo de los valores cooperativos en la práctica de las actividades deportivas</p> <p>3. Aceptación del desafío que supone jugar con otros evitando actitudes de rivalidad y comprendiendo el nivel de oposición como una estrategia de juego.</p>
---------------------------	--	---	---

BIBLIOGRAFÍA:

FUENTES:

Dirección General de Escuelas. Gobierno de Mendoza, Fascículo N° 35:
"PROPUESTA CURRICULAR DE LA EDUCACIÓN FÍSICA PARA EL TERCER CICLO DE LA EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA", Dirección General de Escuelas, Mendoza, 1999.

Dirección General de Escuelas. Gobierno de Mendoza, Documento Curricular para el Nivel Polimodal, Mendoza 2002.

Ministerio de Cultura y Educación de la Nación. Consejo Federal de Cultura y Educación, "Contenidos Básicos para la Educación Polimodal", República Argentina, 1997.

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA:

Devís Devís, José; Peiró Valert, Carmen; Pérez Samaniego, Víctor; Ballester Alarte, Eva; Devís Devís, Francisco; Gomar Frances, Ma. Joseph; Sánchez Gómez, Roberto. "Actividad Física, Deporte y Salud", Ed. INDE, Barcelona 2002

Weineck Jürgen, "Entrenamiento óptimo. Cómo Lograr el máximo rendimiento"
Frías Gómez, Gregorio; Rueda Maza, Ángel; Quintana Rego, Ramón; Portillo Lezcano, José. "La Condición Física en la Educación Secundaria 1º y 2º". Cuadernos del alumno, Ed. INDE, Barcelona 2000.

Frías Gómez, Gregorio; Rueda Maza, Ángel; Quintana Rego, Ramón; Portillo Lezcano, José. "La Condición Física en la Educación Secundaria 3º y 4º". Cuadernos del alumno, Ed. INDE, Barcelona 2000.

Carosio, Cristina; "La Evaluación en Educación Física"; Curso de modalidad a distancia. Año 2003.

Meinel, K; Schnabel G., "Teoría del Movimiento. Motricidad Deportiva". Editorial Stadium. 1987.

Castillo Luis; "Evaluación en Educación Física", IEF " Dr. Jorge Coll".Curso dictado en 2002.

Castillo, Luis; "Aprendizaje y Desarrollo Motor en el Marco de la Reforma Curricular Provincial", IEF "Dr. Jorge Coll", Curso dictado en el año 2001.

Comisión Curricular: Prof.: Gloria Inés García
Prof.: Norma Cisterna
Lic. : Susana Leticia Horas