

APRENDIZAJES CLAVE

PARA LA EDUCACIÓN INTEGRAL

*Plan y programas de estudio para la **educación básica***

SEP

SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA





EDUCACIÓN FÍSICA

1. EDUCACIÓN FÍSICA EN LA EDUCACIÓN BÁSICA

La Educación Física es una forma de intervención pedagógica que contribuye a la formación integral de niñas, niños y adolescentes al desarrollar su motricidad e integrar su corporeidad. Para lograrlo, motiva la realización de diversas acciones motrices, en un proceso dinámico y reflexivo, a partir de estrategias didácticas que se derivan del juego motor, como la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, entre otras. Constituye en la escuela el espacio curricular que moviliza el cuerpo (corporeidad y motricidad) y permite fomentar el gusto por la actividad física. Al ser un área eminentemente práctica brinda aprendizajes y experiencias para reconocer, aceptar y cuidar el cuerpo; explorar y vivenciar las capacidades, habilidades y destrezas; proponer y solucionar problemas motores; emplear el potencial creativo y el pensamiento estratégico; asumir valores y actitudes asertivas; promover el juego limpio; establecer ambientes de convivencia sanos y pacíficos; y adquirir estilos de vida activos y saludables, los cuales representan aspectos que influyen en la vida cotidiana de los estudiantes.

La finalidad formativa de la Educación Física en el contexto escolar es la edificación de la competencia motriz por medio del desarrollo de la motricidad, la integración de la corporeidad, y la creatividad en la acción motriz.

2. PROPÓSITOS GENERALES

1. **Desarrollar** su motricidad mediante la exploración y ajuste de sus capacidades, habilidades y destrezas al otorgar sentido, significado e intención a sus acciones y compartirlas con los demás, para aplicarlas y vincularlas con su vida cotidiana.
2. **Integrar** su corporeidad a partir del conocimiento de sí y su aceptación, y utilizar la expresividad y el juego motor para mejorar su disponibilidad corporal.
3. **Emplear** su creatividad para solucionar de manera estratégica situaciones que se presentan en el juego, establecer formas de interacción motriz y convivencia con los demás, y fomentar el respeto por las normas y reglas.
4. **Asumir** estilos de vida saludables por medio de la actividad física, el juego, la iniciación deportiva y el deporte educativo.
5. **Valorar** la diversidad a partir de las diferentes manifestaciones de la motricidad para favorecer el respeto a la multiculturalidad e interculturalidad.

3. PROPÓSITOS POR NIVEL EDUCATIVO

PROPÓSITOS PARA LA EDUCACIÓN PREESCOLAR

1. **Identificar y ejecutar** movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad en diversas situaciones, juegos y actividades para favorecer su confianza.

2. **Explorar y reconocer** sus posibilidades motrices, de expresión y relación con los otros para fortalecer el conocimiento de sí.
3. **Ordenar y distinguir** diferentes respuestas motrices ante retos y situaciones, individuales y colectivas, que implican imaginación y creatividad.
4. **Realizar** actividad física para favorecer estilos de vida activos y saludables.
5. **Desarrollar** actitudes que les permitan una mejor convivencia y la toma de acuerdos en el juego, la escuela y su vida diaria.

PROPÓSITOS PARA LA EDUCACIÓN PRIMARIA

1. **Reconocer e integrar** sus habilidades y destrezas motrices en situaciones de juego motor e iniciación deportiva.
2. **Canalizar y demostrar** su potencial expresivo y motriz al participar y diseñar juegos y actividades donde requieran comunicarse e interactuar con sus compañeros.
3. **Resolver y construir** retos mediante el pensamiento estratégico y el uso creativo de su motricidad, tanto de manera individual como colectiva.
4. **Demostrar y distinguir** actitudes para preservar su salud mediante la práctica de actividades físicas y la toma de decisiones informadas sobre hábitos de higiene, alimentación y prevención de riesgos.
5. **Asumir y percibir** actitudes asertivas y valores que favorecen la convivencia sana y pacífica, y el respeto a los demás en situaciones de juego e iniciación deportiva.

PROPÓSITOS PARA LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

1. **Valorar y emplear** sus habilidades y destrezas motrices al participar en juegos, actividades de iniciación deportiva y deporte educativo.
2. **Descubrir y fortalecer** el conocimiento, el cuidado y la aceptación de sí al participar en situaciones motrices y de expresión corporal en las que interactúan con los demás.
3. **Analizar y evaluar** su actuación estratégica en distintas situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo.
4. **Proponer y seleccionar** alternativas vinculadas con el aprovechamiento del tiempo libre por medio de actividades físicas y recreativas para asumir estilos de vida saludables.
5. **Promover y elegir** actitudes asertivas y valores que permitan manejar y resolver los conflictos de manera pacífica mediante la toma de acuerdos en juegos, actividades de iniciación deportiva y el deporte educativo.

4. ENFOQUE PEDAGÓGICO

La Educación Física en el nivel preescolar, desde la perspectiva de la educadora, se centra en las capacidades motrices de los niños: locomoción, coordinación,

equilibrio y manipulación; y en la consolidación de la conciencia corporal. Se pretende que, de manera progresiva, logren un mejor control y conocimiento de sus habilidades y posibilidades de movimiento. En educación preescolar es la educadora quien diseña o elige las situaciones didácticas para promover en sus estudiantes los Aprendizajes esperados establecidos en este Programa.²⁵⁷

Si bien los niños en este nivel han alcanzado control en sus movimientos, las oportunidades que vivan en la escuela harán que avancen y consoliden cada vez más sus capacidades motrices en acciones combinadas y complejas; desplazarse a distintas direcciones y velocidades al participar en juegos y actividades como saltar con un pie, caminar sobre líneas rectas; y en general, ejecutar movimientos corporales con coordinación y equilibrio.

Se busca que tomen conciencia y aprendan a conocer cómo es y cómo se mueven las distintas partes de su cuerpo, reconozcan sus límites y posibilidades, comprendan la importancia de los hábitos posturales correctos, mantengan el equilibrio en situaciones de movimiento y reposo, identifiquen a través de la respiración y relajación las sensaciones que experimentan después de una actividad física y adquieran confianza y seguridad en la ejecución de sus movimientos.

Aunque la escuela no puede modificar de manera directa las condiciones de vida, económicas y sociales de las familias de los alumnos —fundamentales en el estado de salud de cada uno—, sí puede contribuir a que los niños comprendan la importancia de mantenerse saludables.

Las situaciones en el jardín de niños deben ser oportunidades que permitan a los niños:

- **TENER** variadas experiencias dinámicas y lúdicas en las que puedan correr, saltar, brincar, rodar, girar, reptar, trepar, marchar.
- **PARTICIPAR** en juegos y actividades que impliquen acciones combinadas y niveles complejos de coordinación como saltar con un pie, caminar sobre líneas rectas, brincar obstáculos, brincar y atrapar, entre otras.
- **MANIPULAR** objetos de diversas formas (regulares e irregulares) en actividades como armar rompecabezas, construir juguetes y estructuras; lanzar y atrapar objetos de manera segura (como bolsas rellenas, pelotas, aros, entre otros); empujar, jalar y patear objetos de diferente peso y tamaño; y usar instrumentos y herramientas (como pinceles, pinturas, lápices para escribir y para colorear, pinzas, lupas, destornilladores, entre otros), de tal manera que vayan mejorando su control y precisión.
- **IDENTIFICAR** las sensaciones que experimentan después de realizar una actividad física, al describir cómo cambia el ritmo de la respiración, la frecuencia cardíaca, la temperatura corporal, la presencia de sudoración y, en ocasiones, el tono de la piel.

²⁵⁷ A diferencia de la Educación Física que imparten los profesores formados para ello.

La intervención docente consistirá en:

- **RECONOCER** que los niños han desarrollado capacidades motoras en su vida cotidiana con diferente nivel de logro; esto debe ser el punto de partida para buscar el tipo de actividades con intencionalidad educativa para propiciar su fortalecimiento, tomando en cuenta las características personales, los ritmos de desarrollo y las condiciones en que se desenvuelven en el ambiente familiar.
- **CONSIDERAR** que los niños con discapacidad deben ser incluidos en las actividades de juego y movimiento, y ser apoyados para que participen en ellas a partir de sus propias posibilidades; hay que tener en cuenta que algunos necesitan atención particular. Alentarlos a superar posibles inhibiciones y temores, así como propiciar que se sientan cada vez más capaces y seguros de sus logros, son actitudes asertivas que han de fomentarse.
- **PREVER** actividades físicas durante la jornada diaria. No es conveniente que permanezcan sentados mucho tiempo, pues ello se opone a las características de los niños de aprender mediante la actividad, movimiento, resolución de problemas, exploración y manipulación de objetos.
- **CONSIDERAR** momentos para que los niños dialoguen e intercambien puntos de vista, así como acciones que favorecen la recuperación y relajación después de realizar actividades físicas.
- **DAR** a los niños tiempo para persistir y aprender de sus intentos en experiencias que les permitan poner en práctica sus acciones y movimientos.

En todos los campos y áreas hay posibilidades de realizar actividades que propician el desarrollo de las capacidades motrices de los niños preescolares; por ejemplo, baile o dramatizaciones, la expresión plástica (mediante el dibujo, el modelado, la pintura), juegos de exploración y ubicación en el espacio, la exploración del mundo social y la experimentación en relación con el conocimiento del mundo natural, entre otras muchas.

El enfoque del área de desarrollo de la Educación Física, desde la perspectiva del especialista, está constituido por cuatro elementos a partir de los cuales se han de clarificar las intenciones formativas de esta, y en conjunto, canalizar las acciones motrices de niñas, niños y adolescentes. Estos elementos se describen a continuación.

LA INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

El docente en Educación Física, egresado de las escuelas normales, es el profesional más capacitado e idóneo para impartir este espacio curricular y asume un papel primordial para motivar a los estudiantes a explorar y realizar diversas acciones motrices. De manera específica, esta área se sustenta en una orientación *sistémica e integral* de la motricidad. *Sistémica* porque ocurre en un contexto determinado y responde de manera organizada a satisfacer los intereses, necesidades y expectativas, por lo que el desarrollo corporal y motor se com-

parte y vivencia de forma colectiva, e incide en el aprendizaje de todos los estudiantes, reafirmando su carácter incluyente; *integral* porque dichas acciones responden también a procesos de crecimiento y maduración, en los que cada estudiante explora de manera global sus capacidades, habilidades y destrezas, ya que estas no se estimulan de manera aislada.

El desarrollo de este espacio curricular y la derivación de sus aprendizajes considera, de manera específica, los siguientes principios que le confieren una identidad propia en el contexto escolar:

- **LA EDUCACIÓN FÍSICA BRINDA** experiencias, aprendizajes y vivencias motrices que contribuyen a la formación integral de los alumnos. La principal contribución pedagógica de esta área se refiere a la *edificación de la competencia motriz*, entendida como la capacidad de un infante o adolescente para dar sentido a sus acciones y saber cómo realizarlas. Dentro de esta capacidad destacan la percepción, interpretación, análisis y evaluación de las acciones vinculadas con distintos saberes adquiridos en otros contextos, con procedimientos, actitudes y valores integrados a la personalidad.
- **LOS INTERESES, NECESIDADES Y EXPECTATIVAS** de las niñas, niños y adolescentes en el centro de la acción educativa. Las actividades motrices propias de la Educación Física han de ser adaptadas y adecuadas a las características y motivaciones de los alumnos, lo que permitirá generar un sentimiento de confianza y fortalecer su creatividad y autoestima, dejando de lado prácticas asociadas con estereotipos, cargas y esfuerzos desmedidos. Un ambiente con estas características propicia la alegría y la satisfacción por realizar con éxito las acciones, pues se toman en cuenta todos los puntos de vista, al canalizar el interés por proponer, explorar, diseñar y construir propuestas; en concreto, por ser competente y fomentar el gusto de asistir a la escuela.
- **LA EDUCACIÓN FÍSICA TIENE** un carácter práctico y eminentemente lúdico. En el contexto de las sesiones, *aprender jugando* es una premisa ineludible de este espacio curricular, lo que implica destacar el componente lúdico de las actividades, es decir, *jugar con el otro y no contra el otro*; deben prevalecer el placer por jugar, aprender individual y colectivamente, la competencia sana y el juego limpio como principales características de las sesiones. Por tanto, es necesario ofrecer a niñas, niños y adolescentes ambientes donde la motivación priorice la participación de todos. La meta es disfrutar la práctica y pasarla bien.

De tal forma que la orientación sistémica e integral de la Educación Física se proyecta en los organizadores curriculares, y permiten definir un amplio abanico de aprendizajes que en ocasiones destacan el desarrollo de ciertos aspectos (motrices, expresivos, creativos o actitudinales), pero que necesariamente se conjuntan y consolidan para modificar o impulsar nuevos desempeños; por ejemplo, durante un juego de persecución el sistema se conforma por el docente y los estudiantes organizados en equipos, perseguidores y perseguidos.

Este sistema genera una interacción entre unos y otros porque todos se ven involucrados creando nuevas conductas y aprendizajes. Desde la perspectiva integral, sin importar la función que desempeñen, todos ajustan su motricidad y sus capacidades, ya sean físico-motrices —velocidades—, socio-motrices —interacciones entre compañeros y adversarios—, o bien, sus habilidades y destrezas motrices —atrapar, esquivar o evitar ser atrapados—. En este sentido, la intervención docente requiere:

- **ESTABLECER UNA INTENCIÓN PEDAGÓGICA** en cada una de las sesiones, así como mecanismos de observación y mediación para valorar el desempeño y los logros alcanzados.
- **MOTIVAR LA MOVILIZACIÓN DE GRANDES GRUPOS MUSCULARES**, el compromiso individual y colectivo, así como el placer de jugar y compartir con los demás.
- **DIVERSIFICAR EL USO DE ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS** para canalizar los distintos ritmos de aprendizaje; es decir, que cada alumno tenga la posibilidad de emplear todo su potencial motor.
- **UTILIZAR EL JUEGO MOTOR PARA LA ENSEÑANZA** y práctica de la iniciación deportiva y el deporte educativo, con el fin de promover estilos de vida saludables.

Con base en ello, es necesario tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

a) Son tres los principales factores que generan las respuestas motrices en los alumnos: movimiento, seguridad y descubrimiento. De tal forma que el movimiento tiene un origen funcional; y otro, en la dimensión social. El funcional requiere la movilización del cuerpo para tener al día al organismo, es decir, que aparatos y sistemas funcionen de manera adecuada. La valorización social motiva y, en alto porcentaje, permite que las personas se muevan para satisfacer intereses de distinta índole. En el patio escolar los niños se mueven porque:

- **BUSCAN UN RECONOCIMIENTO** de sus pares, y demostrar que pueden efectuar las mismas acciones.
- **AFIANZAN SU SEGURIDAD**, es decir, pueden hacer muchas cosas y sentirse bien. Por ello insisten en el control y reiteración de determinado patrón de movimiento, como saltar.
- **EXPLORAN NUEVAS FORMAS DE ACTUAR**; la novedad es un potente motivante para realizar actividades, por ejemplo, lanzar a puntos fijos, saltar la cuerda con sus amigos, expresarse con su cuerpo y bailar, andar en bicicleta o patines, entre otras.

b) La intervención del docente ha de impulsar que los alumnos se sientan seguros, que canalicen su potencial, realicen diversas acciones motrices, y disfruten de sus movimientos y logros; por lo que propiciar las condiciones para que interactúen por igual niños y niñas, que sean serenos



ante el triunfo y tolerantes ante la derrota, que respeten al otro en la confrontación lúdica y que incorporen su *Yo en la acción*, son aspectos fundamentales de la sesión.

Para ello, es necesario que la práctica pedagógica:

- **SEA ATENTA Y ASERTIVA** al conocer las motivaciones de la acción motriz.
- **ALIENTE Y ACOMPAÑE EL APRENDIZAJE** al diseñar situaciones donde hay dificultades y avances en su desempeño.
- **SE BASE EN LA INICIATIVA**, creatividad, exploración y construcción por parte de todos los estudiantes y el docente, para valorar el desempeño individual y colectivo.
- **ESTABLEZCA AMBIENTES DE APRENDIZAJE** que promuevan la vivencia de experiencias motrices significativas.
- **ENCAUCE LA MOTRICIDAD**, que se expresa mediante formas intencionadas de acción.
- **PROCURE LA INTEGRACIÓN DE LA CORPOREIDAD** en niñas, niños y adolescentes al reconocer sus gustos, y las motivaciones, aficiones, necesidades, actitudes y valores que establecen con otros compañeros.
- **PROMUEVA LA CREATIVIDAD** para enfrentar y dar respuesta a los problemas que se les presentan.

- **IMPULSE, DE MANERA PERMANENTE**, los cuidados de sí y la sana convivencia como parte de los estilos de vida saludables.

LA INTERACCIÓN DE LAS CAPACIDADES, HABILIDADES Y DESTREZAS QUE PROMUEVE LA EDUCACIÓN FÍSICA

Al momento en que un grupo de estudiantes realizan actividades dentro de una sesión de Educación Física, están ejecutando acciones motrices a partir de una realidad corporal, supeditada al menos por tres factores: los propósitos a lograr; las condiciones de realización; y las capacidades, habilidades y destrezas que se implican de manera particular. Estas últimas cobran sentido, pues son el potencial y el repertorio con que cuentan al momento de decidir cómo y de qué manera realizar dichas acciones. En otras palabras, la intervención docente coloca a niñas, niños y adolescentes, ya sea de manera individual o en grupo, en situaciones de exploración para encontrar una solución o desempeño que les permita afrontarlas.

En estas circunstancias los estudiantes emplean sus capacidades perceptivo-motrices, sociomotrices, y físico-motrices, así como sus habilidades y destrezas motrices para favorecer la motricidad, la corporeidad y la creatividad.

- **LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES** permiten a niñas, niños y adolescentes realizar un reconocimiento de sí, por el tipo de acciones que son capaces de hacer en el entorno espacio-temporal; por la manipulación y manejo de objetos e implementos y, de manera central, por la construcción de su imagen corporal. Estas capacidades remiten a estímulos a partir de los cuales se adoptan distintas posturas que guarda el cuerpo y los estados de tensión-relajación, además de favorecer el equilibrio. Estimular y consolidar estas capacidades permite a los alumnos que se reconozcan, se relacionen de mejor manera con los demás y sean capaces de conquistar el espacio inmediato.
- **LAS CAPACIDADES SOCIOMOTRICES** se caracterizan por la interacción y la posibilidad de comunicar, expresar y relacionarse con los demás mediante el juego motor. Dentro de las actividades que despliega la Educación Física, estas interacciones cobran importancia en situaciones asociadas con la cooperación entre compañeros, el antagonismo con los adversarios y la posibilidad de generar respuestas motrices divergentes, creativas e innovadoras que permiten a niñas, niños y adolescentes poner en marcha el pensamiento y actuación estratégicos, desde los juegos sencillos en preescolar, la iniciación deportiva en primaria y posteriormente el deporte educativo en secundaria.
- **LAS CAPACIDADES FÍSICO-MOTRICES** están en línea directa con la estimulación de la condición física de las personas. Son producto de la carga genética y metabólica del cuerpo, y se pueden agrupar en fuerza general, resistencia cardiorrespiratoria, velocidad y flexibilidad general. Incentivar estas capacidades reditúa en un mejor

desempeño y la posibilidad de enfrentar la vida cotidiana de mejor manera. Se abordan a partir del último ciclo de educación primaria, ya que durante la educación preescolar y los cuatro primeros grados de primaria se favorecen de manera indirecta mediante las otras dos capacidades (citadas anteriormente), la exploración de las habilidades y destrezas motrices.

- **LAS HABILIDADES Y DESTREZAS** son, por así decirlo, acciones concretas como caminar, correr, saltar, reptar, lanzar, atrapar, patear, girar, rodar, entre otras —patrones básicos de movimiento— que paulatinamente se combinan y depuran para realizarse con un menor esfuerzo y un mayor grado de efectividad. Se organizan en tres tipos: locomoción, manipulación y estabilidad. El desarrollo de una habilidad parte de tres elementos: el tipo de tarea a efectuar, en la cual el estudiante organiza cómo puede hacerla; la acción motriz que se traduce en la realización concreta que depende del contexto donde se ejecuta; y el nivel de complejidad que supone el esfuerzo necesario para cumplir la acción. El proceso de desarrollo de las destrezas se vincula con el placer por moverse y jugar, con percibir el movimiento al anticiparse a las acciones, y con la disponibilidad del mismo, lo cual permite a los estudiantes superar obstáculos, vencer desafíos y ponerse a prueba.

Por lo anterior, el tratamiento y derivación de los aprendizajes establecidos en la Educación Física han de responder a las capacidades, habilidades y destrezas motrices de niñas, niños y adolescentes, tomando en cuenta que tienen una estrecha relación con sus intereses y necesidades, y que representan, en concreto, la oportunidad para que descubran sus potencialidades y adapten sus desempeños a partir de los conocimientos, habilidades, valores y actitudes que ponen en marcha en el trayecto formativo de la educación básica.

PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

Planificar y evaluar en el proceso de intervención de la Educación Física es primordial. Son acciones que permiten constatar cómo el docente organiza su labor, cómo motiva la realización de las acciones motrices y desempeños de los estudiantes, y cómo verifica los logros alcanzados para concretar las intenciones pedagógicas y enfoque de esta área.

De tal forma que se requiere impulsar una visión transformadora de la planificación y la evaluación que rebase su énfasis como proceso administrativo y deje de lado los formatos estandarizados. Es necesario encaminarla hacia una perspectiva integral y pedagógica, donde planificar y evaluar constituyan herramientas con un alto significado que permita establecer una progresión orientada a promover la imaginación, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la posibilidad de modificar las actividades y diseñar estrategias. Por lo que cada docente tiene la oportunidad de plantear una propuesta en función de la situación particular de su contexto, escuela y estudiantes.

Para planificar se puede considerar la puesta en marcha de unidades didácticas que atiendan el proceso de construcción de experiencias y aprendizajes

que motiven el interés más que el resultado. Estas representan una propuesta que se desarrolla en un periodo determinado e incluyen un propósito o intención didáctica, una breve introducción de las acciones a realizar, las estrategias didácticas, así como las actividades o tareas, además de los aspectos e instrumentos de evaluación (pautas de observación, evidencias e indicadores del logro) y los recursos necesarios, todo ello con base en los aprendizajes establecidos en los programas de estudio. Las unidades didácticas requieren congruencia, articulación y continuidad entre sí.

Para que cada sesión sea un espacio congruente entre todos los elementos que componen la unidad, se sugiere:

- **ORGANIZAR ACTIVIDADES** que supongan un reto permanente.
- **COMPLEJIZAR Y DIVERSIFICAR** las estrategias didácticas, de acuerdo con la capacidad de los alumnos para resolver diversas situaciones.
- **EVITAR SU DIVISIÓN EN TRES MOMENTOS**, como única forma de organización; esta decisión responde a múltiples factores: horario, propuestas lúdicas, actividades previas o posteriores de los alumnos, etcétera.
- **TOMAR EN CUENTA LAS IDEAS DE LOS ALUMNOS**, sus habilidades, gustos y formas de realizar las tareas; y generar espacios para el diálogo y la reflexión.
- **PROMOVER, FAVORECER Y ACOMPAÑAR** al alumno para alcanzar aprendizajes cognitivos, motrices y afectivos.
- **APROVECHAR LOS ESPACIOS** y recursos materiales.
- **ESTABLECER MOMENTOS DE CONVERSACIÓN** de manera permanente respecto a temas relacionados con la salud; por ejemplo, higiene y cuidado corporal, hábitos de alimentación e hidratación adecuados, entre otros.
- **VINCULAR LO APRENDIDO EN ESTA ÁREA** con otros espacios curriculares para que el alumno lo relacione con su vida.

La evaluación educativa se concibe como un proceso de carácter formativo, una acción permanente dentro de la enseñanza y no un momento de comprobación de lo aprendido al final del periodo; constituye la oportunidad de mejora continua, permite realimentar los aprendizajes logrados por los estudiantes e identificar la pertinencia de las actividades. Durante el desarrollo de estas es importante observar y escuchar lo que hacen y dicen; cómo resuelven las tareas motrices; cómo interactúan y asumen actitudes, y qué valoraciones hacen respecto a los resultados alcanzados.

Por ello conviene que el docente asuma el rol de observador pedagógico de los desempeños motores de sus estudiantes y las formas en que manifiestan avances; modificando la idea de evaluar a partir de estándares de ejecución, el número de repeticiones que realizan de un ejercicio o la vestimenta que portan, los cuales son parámetros inadecuados para valorar los aprendizajes que se pretenden lograr en esta área.

Con el fin de determinar las experiencias previas y establecer un punto de inicio, se puede incluir dentro de una unidad didáctica una actividad ex-

ploratoria, que permita identificar las características del grupo; determinar sus fortalezas, así como las posibles dificultades que se pueden presentar. Al término de la unidad, se sugiere repetir esta actividad para verificar los aprendizajes logrados.

Asimismo es fundamental evaluar a los alumnos mediante diversas actividades y productos que den cuenta de lo aprendido. Así, con el propósito de contar con evidencias de su desempeño, es recomendable elaborar y utilizar propuestas como:

- **PRODUCCIONES ESCRITAS Y GRÁFICAS**, en las que argumenten su postura ante situaciones que viven y expresen su perspectiva y sentimientos.
- **ESQUEMAS Y MAPAS CONCEPTUALES** para ponderar la comprensión y formulación de argumentos y explicaciones.
- **REGISTRO DE OBSERVACIÓN** acerca de las actitudes y desempeños mostrados en las actividades.
- **RÚBRICAS QUE CONTENGAN LOS ASPECTOS** que se evalúan y nivel de desempeño logrado.
- **PORTAFOLIOS DE EVIDENCIAS** que permitan identificar el progreso de sus aprendizajes.
- **PROYECTOS COLECTIVOS** que consideren la búsqueda de información, identificación de problemas y formulación de alternativas de solución.

Es necesario conocer los alcances y las limitaciones de dichas propuestas para seleccionar la más adecuada en función del momento en que se requiera utilizar y el tipo de información que se desee obtener.

En este sentido, también es importante que niñas, niños y adolescentes participen en la evaluación de sus desempeños; reflexionen sobre lo aprendido y cómo mejorar los resultados obtenidos, a partir de brindar oportunidades de autoevaluación y coevaluación. Esto permitirá hacer de la evaluación un elemento primordial del proceso de interacción entre docente y alumnos, y será el referente para llevar a cabo las adecuaciones necesarias.

LA SALUD COMO TEMA TRANSVERSAL EN EDUCACIÓN FÍSICA

La salud tiene un tratamiento transversal en el currículo, ya que al ser multifactorial se requiere de la intervención de varias asignaturas como Conocimiento del Medio, Ciencias Naturales y Tecnología, Biología, Formación Cívica y Ética, Educación Socioemocional, entre otras, para incorporar temas y contenidos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) con una perspectiva integral y complementaria a lo largo de la educación básica.

Desde esta área se destaca la de promoción de la salud, mediante el reconocimiento que hacen los estudiantes de aprendizajes vinculados con la prevención, autocuidado y preservación de la misma; y con base en la diversificación de experiencias y la realización de acciones permanentes que fomentan un gusto por la práctica sistemática de actividades físicas que se complementa con asumir hábitos saludables, como: dieta balanceada, hidratarse, descansar,



asistir regularmente al médico, evitar esfuerzos desmedidos, etcétera, los cuales representan alternativas para hacer frente al sobrepeso y la obesidad.

Tomando en cuenta las características y nivel de desarrollo de los alumnos, es necesario favorecer durante las sesiones acciones como adoptar posturas adecuadas; controlar la respiración (inspiración, espiración y apnea); vivenciar aspectos relacionados con la contracción y relajación muscular; procurar la seguridad ante posibles riesgos y lesiones; medir y comprobar la frecuencia cardíaca y respiratoria; mejorar la condición física al dosificar el esfuerzo; impulsar hábitos (de higiene corporal, alimentación e hidratación); así como conocer y aplicar las medidas para protegerse de factores climáticos.

Asimismo, como parte de esta perspectiva se recomienda al inicio del ciclo escolar conocer las posibles limitaciones o disposiciones de los alumnos por medio de un certificado médico, con la finalidad de identificar y llevar a cabo las adecuaciones necesarias para favorecer la participación de todos. Además de evitar propuestas que contravienen los principios pedagógicos de la atención a la salud desde la escuela, como ejercicios contraindicados (abdominales, sentadillas, desplazarse en cuclillas, entre otros) porque se ha comprobado que provocan lesiones corporales a los alumnos, así como la medición y comparación de capacidades físicas a partir de estándares de rendimiento, que en la mayoría de los casos los ponen en riesgo, al exceder las posibilidades de las niñas, niños y adolescentes.

En todas las escuelas se pueden favorecer mejores prácticas de actividad física con el objeto de que los alumnos comprendan e incorporen a su vida hábitos saludables que inciden en su bienestar físico, en un ambiente donde se conozcan mejor, desarrollen su potencial cognitivo y motor, asuman actitudes asertivas para participar en equipo, adquieran experiencias relacionadas con la convivencia, la no violencia y, sobre todo, las posibilidades de socialización e interacción, al hacer de este espacio curricular una oportunidad de aprendizaje permanente y de diversión.

5. DESCRIPCIÓN DE LOS ORGANIZADORES CURRICULARES

La Educación Física en la educación básica requiere de una propuesta que considere las características del desarrollo y crecimiento de los alumnos y, al mismo tiempo, oriente la intervención pedagógica de los docentes en cada uno de los niveles educativos. Por ello, este programa delimita, con fines didácticos, un eje curricular: “Competencia motriz”; y tres componentes pedagógico-didácticos:²⁵⁸ “Desarrollo de la motricidad”, “Integración de la corporeidad”, y “Creatividad en la acción motriz”, que favorecen la articulación de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que se pretende que adquieran desde preescolar hasta secundaria.



ORGANIZADORES CURRICULARES DE EDUCACIÓN FÍSICA

COMPETENCIA MOTRIZ

La edificación de la competencia motriz, principal aportación pedagógica de la Educación Física, es una adquisición o una construcción, y no necesariamente un producto de la carga genética de las personas. Ser competente significa aprender e identificar nuestras posibilidades y límites al momento de realizar una acción motriz o resolver una tarea; tiene que ver con la generación, actualización y aplicación de tres tipos de conocimientos: declarativo, procedimental y estratégico, implicados en el saber hacer, saber actuar y saber desempeñarse.

²⁵⁸ Estos organizadores curriculares permiten abordar periódicamente los aprendizajes con un mayor grado de profundidad.

El conocimiento declarativo está conformado por toda la información que define las acciones y las condiciones de realización; por ejemplo, correr en zig-zag entre los conos sin derribarlos. En esta tarea se presentan distintas consignas que le dan sentido y contextualizan a la propia acción: correr, hacerlo en zig-zag entre los conos y además, con una condición: sin derribarlos. Las consignas, en conjunto, citan y estructuran cómo ha de ser la acción y proyectan el desarrollo de habilidades y destrezas.

El conocimiento procedimental representa contrastes y vinculaciones entre aquello construido al escuchar la tarea con la realización de la acción propiamente dicha; y el conocimiento estratégico es cuando niñas, niños y adolescentes le asignan una forma peculiar y personal para realizarlo; por ejemplo, al inclinar el cuerpo en el momento de rodear un cono o frenar ligeramente antes de pasar entre ellos.

En suma, estos tres conocimientos reivindican al *Yo en la acción* a partir del potencial motor personal, lo que permite a los alumnos paulatinamente decidir cómo y de qué manera pueden realizar la tarea, con la intención de explorar y poner a prueba dicho potencial al utilizar diversos implementos, al adaptarse al área de juego e incluso al modificar el tiempo.

Para impulsar la edificación de la competencia motriz es preciso que la intervención docente motive a niñas, niños y adolescentes a tomar decisiones, resolver problemas, e implicarlos en una variabilidad de la práctica. Por ejemplo, una actividad lúdica —circuito de acción motriz— contiene una lógica de realización —un procedimiento— y unas reglas que determinan el tipo de acciones que requieren realizar.

Esta actividad considera distintas decisiones en torno a cómo resolver las consignas en cada estación; además, y de manera complementaria, implica una variabilidad de la práctica, donde el patrón de movimiento es saltar y cada estación requiere ajustarlo. De tal forma que los alumnos, al reflexionar respecto a *¿cómo es el despegue en cada ocasión?, ¿cómo han sido los movimientos que realizaron en el aire?, ¿cómo fue volver a tocar el suelo en las distintas acciones?*, entre otras, se percatan de las diferencias en la realización de un mismo patrón, por lo que están actualizando el conocimiento procedimental, es decir, el saber desempeñarse asociado a la edificación de su competencia motriz.

COMPONENTES PEDAGÓGICO-DIDÁCTICOS

Desarrollo de la motricidad

Se entiende la motricidad como el conjunto de acciones motrices que engloban una intención y un alto nivel de decisión; implica potenciar la capacidad de cada persona para darle sentido y significado a los movimientos a partir de sus intereses, expectativas, necesidades y motivaciones.

Considera la integración de acciones reflexionadas que edifican la actuación inteligente y se manifiesta cuando los alumnos exploran y ponen a prueba sus posibilidades motrices en la sesión. Además, se vincula con la construcción permanente de conceptos como espacio, tiempo y causalidad e incorpora diversas experiencias para la construcción del *Yo en la acción*.

El diseño e implementación de propuestas didácticas para favorecer este componente, implica:

- **ESTIMULAR LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES**, como base para el desarrollo y aprendizaje motor sin ajustarse a un patrón progresivo, ya que su tratamiento depende de la interacción continua, la diversificación de situaciones, la construcción de proyectos y la solución de retos y problemas.
- **INCREMENTAR Y DIVERSIFICAR LAS ACCIONES MOTRICES** para mejorar los desempeños a partir de la variabilidad de la práctica, es decir, provocar distintas respuestas al modificar los elementos del juego: regla, espacio, tiempo, rol de participación, móvil, implemento y artefacto. Mientras más habilidades se empleen, mayor control de la motricidad se obtendrá.
- **ENCAUZAR LA EXPRESIÓN** como forma de comunicación e interacción con los demás, donde los alumnos expliquen, en sus propias palabras, cómo realizan las acciones motrices. Para ello, se propicia el diálogo mediante interrogantes como: ¿Qué ha sido lo más fácil de realizar? ¿Qué actividad fue más difícil de superar? ¿Cómo pueden mejorar su desempeño?, entre otras.
- **ORIENTAR LAS DIVERSAS RESPUESTAS** para generar una expresión motriz caracterizada por el sentimiento de confianza, de saberse y sentirse competente para actuar.

Integración de la corporeidad

Se entiende la corporeidad como una construcción permanente que las personas hacen de sí; una unidad que fusiona la parte física y funcional del cuerpo con lo cognitivo, afectivo, emocional, actitudinal, social y cultural. La corporeidad se manifiesta por medio de gestos, posturas, expresiones corporales y las distintas acciones motrices, relacionadas con las emociones y los sentimientos que cada uno experimenta.

Favorecer este componente, equivale a amalgamar las experiencias, así como asociar el conocimiento de sí con saberes, habilidades, actitudes y recursos para la vida diaria.

Para que las diversas acciones que despliega la Educación Física contribuyan a la integración de la corporeidad, se tienen que establecer *conexiones* con los procesos de decisión, anticipación y comprensión, que no son únicamente corporales, de rendimiento o de eficiencia, sino que consideran al cuerpo de una manera integral; por ejemplo, correr, saltar, girar, lanzar, atrapar, botar, entre otras, son acciones motrices que involucran el *Yo en la acción* (emocional, mental y corporal).

El diseño e implementación de propuestas didácticas para el desarrollo de este componente, implica:

- **IDENTIFICAR LAS PARTES** que constituyen la estructura del cuerpo y su funcionamiento a partir de tareas que permitan incorporar las nociones de esquema e imagen corporal, como un proceso global;

dando un mayor sentido al *Yo en la acción*: estoy corriendo, voy a jugar o puedo hacerlo.

- **MOTIVAR A NIÑOS Y ADOLESCENTES** para percibir y sentir el cuerpo al manifestar emociones.
- **ADQUIRIR INFORMACIÓN SOBRE EL MUNDO** de los objetos y las personas por medio de los sentidos y las percepciones; de tal forma que la interacción y experiencias que obtengan los estudiantes contribuyan a la constitución de la identidad personal.
- **ESTABLECER RELACIONES ASERTIVAS** y vínculos afectivos a partir de un marco de respeto para favorecer la interacción motriz con los demás.
- **FOMENTAR EL CUIDADO DE SU CUERPO** al asumir estilos de vida activos y saludables.
- **RECONOCER QUE SU HISTORIA PERSONAL** y familiar los identifica y hace diferentes a los demás, por lo que es indispensable gestionar sus sentimientos para aceptar su cuerpo y relacionarse de mejor manera.

Creatividad en la acción motriz

En este componente se entiende la creatividad, como la capacidad de elaborar diversas respuestas para afrontar las tareas o situaciones que se presentan, mientras que la acción motriz es la suma de las distintas conductas y desempeños que realiza una persona; representa la oportunidad para explorar sus posibilidades y tomar decisiones.

Con base en lo anterior, se busca que niñas, niños y adolescentes generen distintas propuestas, seleccionen las más apropiadas de acuerdo con cada problema o situación, las pongan en marcha, las organicen y, en todo caso, las reestructuren otorgándoles un toque personal, auténtico y creativo a su desempeño, lo cual implica procesos de decisión, intención y anticipación.

El diseño e implementación de propuestas didácticas para el desarrollo de este componente, implica:

- **DISEÑAR Y ORGANIZAR AMBIENTES** de aprendizaje, planificados con una clara intencionalidad pedagógica, que propicien escenarios para encauzar la toma de decisiones y fomentar la creatividad; por ejemplo, modificar los juegos y actividades tomando en cuenta los gustos, necesidades, intereses y expectativas de los alumnos.
- **PONER A PRUEBA LAS HABILIDADES Y DESTREZAS MOTRICES** en el contexto del juego —y no de manera aislada (enfoque mecanicista)— para favorecer la disponibilidad corporal y la autonomía motriz, así como mejorar la autoestima y la autorrealización.
- **PLANIFICAR SITUACIONES MOTRICES** que incrementen el nivel de dificultad, de manera progresiva (de lo sencillo a lo complejo); además de incorporar la variabilidad de la práctica: manipular objetos e implementos, tanto de manera individual como colectiva; y adaptar las condiciones espaciales y temporales, entre otros.
- **PROPICIAR LA REFLEXIÓN DE LOS ALUMNOS** con base en los conocimientos y experiencias previos, y sobre todo, los que están adquirien-

do, mediante preguntas generadoras como: ¿Qué hacer para resolver esta situación? ¿Qué han aprendido? ¿Qué falta por mejorar? ¿Cómo formular una estrategia efectiva de juego? ¿Qué funciones asumir en esta actividad? ¿Qué resultados pueden obtener?, etcétera.

Estos componentes pedagógico-didácticos han de contribuir a que niñas, niños y adolescentes adquieran plena conciencia de sí, mejoren su disponibilidad corporal, y alcancen mayor autonomía motriz e interactúen en ambientes de aprendizaje que propicien el manejo creativo para solucionar problemas; en síntesis, que edifiquen su competencia motriz.

Los Aprendizajes esperados de este espacio curricular se enmarcan en una propuesta articulada en los niveles educativos de preescolar, primaria y secundaria, lo cual permite identificar la ruta y progresión que promueve la Educación Física en este trayecto formativo. Con base en lo anterior, se requiere que los docentes definan la distribución y la temporalidad con la que abordarán los aprendizajes propuestos a partir de las características y el nivel de desarrollo motor de sus alumnos. En este proceso, se pueden considerar dos opciones: planificar un aprendizaje a partir de cierto número de sesiones, o bien, distribuir las sesiones al integrar dos o tres aprendizajes en diferentes momentos del ciclo escolar (complementariedad).

Es conveniente que los docentes adecuen su intervención tomando en cuenta otros factores que determinan el nivel de avance del programa; por ejemplo, las diferentes regiones naturales del país y sus características (clima, estado del tiempo, estación del año, entre otros). El criterio para implementar un mayor número de sesiones se establece a partir de las facultades que poseen las autoridades educativas locales de cada entidad federativa de nuestro país, de acuerdo con las necesidades de cobertura de cada sistema educativo y la disponibilidad de sus recursos; por lo que la Autonomía curricular representa una oportunidad para ampliar y fortalecer las acciones que se desarrollan en Educación Física.

6. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS

Las orientaciones didácticas en Educación Física brindan información para que los docentes cuenten con referentes pedagógicos y herramientas didácticas, que les permitan diseñar, organizar e implementar las sesiones con base en el programa correspondiente a cada grado escolar, así como de las características de los alumnos y del contexto en el que se desenvuelven. Representan una oportunidad para guiar su labor y precisar los aspectos que han de tener en cuenta en el desarrollo de las capacidades, habilidades y destrezas motrices que se promueven a lo largo de la educación básica.

Estas orientaciones organizan y sugieren la utilización de estrategias didácticas como juegos cooperativos, juegos modificados, circuitos de acción motriz, cuentos motores, formas jugadas, entre otras; que se complejizan y diversifican de acuerdo con la capacidad de los alumnos para resolver diversas situaciones.

Por medio de las estrategias didácticas se pretende que los alumnos desarrollen procesos de exploración, reconocimiento, comprensión y valoración de sí, que les permiten poner a prueba sus posibilidades motrices, expresivas y de relación.

En este sentido, las orientaciones didácticas se presentan y organizan por aprendizaje esperado y consideran los siguientes elementos:

- **INTRODUCCIÓN.** Descripción y contextualización del aprendizaje esperado, de acuerdo con el componente pedagógico-didáctico con el que se relaciona.
- **PROCESOS Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.** Enunciados que sitúan las acciones que se recomienda vivencien los alumnos y el tipo de estrategias didácticas que los docentes pueden implementar para la consecución del Aprendizaje esperado.
- **MOMENTOS DE REFLEXIÓN.** Aspectos y preguntas que se sugiere retomar durante las sesiones para valorar los aprendizajes y experiencias de los alumnos.
- **ACTIVIDADES DE CIERRE.** Situaciones que permiten poner en marcha los conocimientos, habilidades, actitudes y valores abordados durante las sesiones para verificar, modificar o consolidar los saberes de los alumnos.

7. SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

Para evaluar el desempeño de los estudiantes en el área de Educación Física, se establecen una serie de indicadores, a considerar por el docente, los cuales contribuyen a verificar el desempeño y aprendizaje de los alumnos, así como para tomar decisiones que favorezcan la intervención educativa. Por lo anterior, se plantean dos tipos:

- **PAUTAS PARA OBSERVAR EL DESEMPEÑO.** Aspectos que los alumnos han de manifestar durante las actividades.
- **EVIDENCIAS.** Productos elaborados por los alumnos e instrumentos diseñados por el docente.

En este sentido es necesario conocer las capacidades y posibles limitaciones de los alumnos; considerar que su participación en esta área no se circunscribe al entrenamiento deportivo; además, evitar actividades en las que se privilegia la organización en filas con largos tiempos de espera, porque disminuye el tiempo de clase, dispersa la atención y desmotiva. Se sugiere sustituir los ejercicios de orden y control por formas de comunicación e interacción basadas en el respeto y la libertad de expresión y en todo momento cuidar la seguridad de los alumnos al considerar aspectos como la revisión previa del área de juego y prever los posibles riesgos.



8. DOSIFICACIÓN DE LOS APRENDIZAJES ESPERADOS

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	PREESCOLAR			PRIMARIA			
					PRIMER CICLO		SEGUNDO CICLO	
		1º	2º	3º	1º	2º	3º	4º
Aprendizajes esperados								
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad por medio de juegos individuales y colectivos. Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que requieren de control y precisión en sus movimientos. 			<ul style="list-style-type: none"> Ajusta sus patrones básicos de movimiento a partir de la valoración de sus experiencias en las situaciones motrices en las que participa para responder a las características de cada una. 		<ul style="list-style-type: none"> Combina sus habilidades motrices al diversificar la ejecución de los patrones básicos de movimiento en situaciones de juego, con el fin de otorgarle intención a sus movimientos. 	
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espacio-temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación. Reconoce las características que lo identifican y diferencian de los demás en actividades y juegos. 			<ul style="list-style-type: none"> Reconoce sus posibilidades expresivas y motrices al participar en situaciones de juego, con el fin de favorecer su esquema corporal. 		<ul style="list-style-type: none"> Relaciona sus posibilidades expresivas y motrices con diferentes maneras de actuar y comunicarse en situaciones de juego para fortalecer su imagen corporal. 	
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas. Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia. 			<ul style="list-style-type: none"> Propone diversas respuestas a una misma tarea motriz, a partir de su experiencia y las aportaciones de sus compañeros, para poner en práctica el pensamiento divergente y así enriquecer sus posibilidades motrices y expresivas. 		<ul style="list-style-type: none"> Actúa estratégicamente al comprender la lógica de las actividades en las que participa, de manera individual y colectiva, para valorar los resultados obtenidos y mejorar su desempeño. 	

PRIMARIA		SECUNDARIA		
TERCER CICLO				
5°	6°	1°	2°	3°
Aprendizajes esperados				
<ul style="list-style-type: none"> • Valora sus habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego e iniciación deportiva, lo que le permite sentirse y saberse competente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica sus capacidades, habilidades y destrezas motrices en el juego, la iniciación deportiva y el deporte educativo para favorecer su actuación y mejorar su salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adapta sus desempeños motores al participar en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para afianzar el control de sí y promover la salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pone a prueba su potencial motor al diseñar situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para favorecer su disponibilidad corporal y autonomía motriz en la adquisición de estilos de vida saludables. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Fortalece su imagen corporal al diseñar propuestas lúdicas, para valorar sus potencialidades, expresivas y motrices. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aprovecha su potencial al participar en situaciones de juego y expresión, que le permiten enriquecer sus posibilidades, motrices y expresivas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconoce sus límites y posibilidades al planificar actividades físicas, expresivas y deportivas, que le permiten conocerse mejor y cuidar su salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reafirma su identidad corporal mediante la práctica de la actividad física, para la adquisición de estilos de vida saludables. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Pone a prueba su pensamiento estratégico en situaciones de juego e iniciación deportiva, con el fin de diversificar y ajustar sus desempeños motores. 	<ul style="list-style-type: none"> • Organiza estrategias de juego al participar en actividades de iniciación deportiva y deporte educativo para solucionar los retos motores que se presentan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña estrategias al considerar el potencial motor propio y de sus compañeros, así como las características del juego para seleccionar y decidir la mejor forma de actuar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Analiza su pensamiento y actuación estratégica en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo para vincularlas con la vida diaria. 	

9. APRENDIZAJES ESPERADOS POR GRADO

EDUCACIÓN FÍSICA. PREESCOLAR		
EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza movimientos de locomoción, manipulación y estabilidad, por medio de juegos individuales y colectivos. • Utiliza herramientas, instrumentos y materiales en actividades que requieren de control y precisión en sus movimientos.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica sus posibilidades expresivas y motrices en actividades que implican organización espacio-temporal, lateralidad, equilibrio y coordinación. • Reconoce las características que lo identifican y diferencian de los demás en actividades y juegos.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Propone distintas respuestas motrices y expresivas ante un mismo problema en actividades lúdicas. • Reconoce formas de participación e interacción en juegos y actividades físicas a partir de normas básicas de convivencia.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 1º		
EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Explora la combinación de los patrones básicos de movimiento en diferentes actividades y juegos, para favorecer el control de sí. • Aplica los patrones básicos de movimiento al relacionar el espacio, el tiempo y los objetos que utiliza para responder a las actividades y juegos en los que participa.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Emplea distintos segmentos corporales al compartir sus posibilidades expresivas y motrices en actividades y juegos, para mejorar el conocimiento de sí. • Explora el equilibrio, la orientación espacio-temporal y la coordinación motriz en actividades y juegos, para impulsar la expresión y control de sus movimientos.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Pone a prueba sus respuestas motrices en actividades y juegos, individuales y colectivos, con la intención de canalizar y expresar el gusto por moverse. • Identifica las normas de convivencia en actividades y juegos, con el propósito de asumir actitudes que fortalecen el respeto y la inclusión de los demás.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 2º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Coordina patrones básicos de movimiento en actividades y juegos que implican elementos perceptivo-motrices, con el propósito de fomentar el control de sí y la orientación en el espacio. • Ajusta la combinación de distintos patrones básicos de movimiento en actividades y juegos individuales y colectivos, con el objeto de responder a las características de cada una.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Explora el control postural y respiratorio en actividades y juegos, con la intención de mejorar el conocimiento y cuidado de sí. • Expresa ideas y emociones al comunicarse verbal, corporal y actitudinalmente en distintas actividades motrices, para asignarles un carácter personal.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Elabora alternativas de solución ante retos y problemas que se presentan en actividades y juegos, para cumplir con la meta que se plantea. • Distingue distintas actitudes asertivas que se manifiestan en las actividades y juegos para promover ambientes de colaboración y respeto.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 3º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Explora sus habilidades motrices al participar en situaciones que implican desplazamientos y manejo de diferentes objetos, para adaptarlas a las condiciones que se presentan. • Distingue las posibilidades y límites de sus habilidades motrices al reconocer los elementos básicos de los juegos, con la intención de ajustar el control de sí.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Adapta sus acciones ante tareas y estímulos externos que implican cuantificar el tiempo de sus movimientos en el espacio, con el propósito de valorar lo que es capaz de hacer y canalizar el gusto por la actividad física. • Emplea recursos expresivos en diferentes tareas motrices, con la finalidad de establecer códigos de comunicación, interpretarlos y promover la interacción con sus compañeros.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Toma decisiones respecto a cómo ubicarse y actuar en distintos juegos, individuales y colectivos, con el fin de solucionar situaciones que se presentan en cada uno. • Establece acuerdos con sus compañeros al identificar y aceptar las reglas de juego, para favorecer la participación, la interacción motriz y el diálogo.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 4º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Combina distintas habilidades motrices en retos, individuales y cooperativos, para tomar decisiones y mejorar su actuación. • Reconoce sus habilidades motrices en juegos que practican o practicaban en su comunidad, estado o región, para participar en distintas manifestaciones de la motricidad.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Distingue sus posibilidades en retos que implican elementos perceptivo-motrices y habilidades motrices, para favorecer el conocimiento de sí. • Experimenta emociones y sentimientos al representar con su cuerpo situaciones e historias en retos motores y actividades de expresión, con la intención de fortalecer su imagen corporal.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Propone acciones estratégicas en retos motores de cooperación y oposición, con el propósito de hacer fluida su actuación y la de sus compañeros. • Reconoce la cooperación, el esfuerzo propio y de sus compañeros en situaciones de juego, con el fin de disfrutar de las actividades y resolver los retos motores que se le presentan.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 5º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Integra sus habilidades motrices en retos y situaciones de juego e iniciación deportiva, con la intención de reconocer sus límites, posibilidades y potencialidades. • Mejora sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al participar en situaciones de juego, expresión corporal e iniciación deportiva, para promover actitudes asertivas.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Coordina sus acciones y movimientos con ritmos, secuencias y percusiones corporales en situaciones expresivas, individuales y colectivas, para actuar y desempeñarse con seguridad y confianza. • Distingue sus límites y posibilidades, tanto expresivas como motrices, en situaciones de juego, para reconocer lo que puede hacer de manera individual y lo que puede lograr con sus compañeros.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica el pensamiento estratégico en situaciones de juego e iniciación deportiva, para disfrutar de la confrontación lúdica. • Experimenta distintas formas de interacción motriz en situaciones de juego e iniciación deportiva, con el propósito de promover ambientes de aprendizaje colaborativos.

EDUCACIÓN FÍSICA. PRIMARIA. 6º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Adapta sus capacidades, habilidades y destrezas motrices al organizar y participar en diversas actividades recreativas, para consolidar su disponibilidad corporal. • Evalúa su desempeño a partir de retos y situaciones de juego a superar por él, sus compañeros o en conjunto, con el propósito de sentirse y saberse competente.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Incorpora sus posibilidades expresivas y motrices, al diseñar y participar en propuestas colectivas, para reconocer sus potencialidades y superar los problemas que se le presentan. • Fortalece su imagen corporal al afrontar desafíos en el juego, la expresión corporal y la iniciación deportiva, para manifestar un mayor control de su motricidad.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Diseña estrategias al modificar los elementos básicos del juego en situaciones de iniciación deportiva, con la intención de adaptarse a los cambios en la lógica interna de cada una. • Propone distintas formas de interacción motriz al organizar situaciones de juego colectivo y de confrontación lúdica, para promover el cuidado de la salud a partir de la actividad física.

EDUCACIÓN FÍSICA. SECUNDARIA. 1º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Emplea sus capacidades, habilidades y destrezas al controlar sus movimientos ante situaciones de juego, expresión corporal, iniciación deportiva y deporte educativo, con el propósito de actuar asertivamente. • Identifica los elementos de la condición física al participar en actividades motrices y recreativas como alternativas para mejorar su salud.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Acepta sus potencialidades al proponer y afrontar distintas situaciones colectivas, de juego y expresión, con la intención de ampliar sus posibilidades. • Reconoce su potencial al participar en distintas situaciones de juego y expresión corporal, para saberse y sentirse competente.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Elabora estrategias de juego al identificar la lógica interna de las situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo en las que participa, para ajustar sus desempeños a partir del potencial, individual y de conjunto. • Pone a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, con el objeto de alcanzar una meta en común y obtener satisfacción al colaborar con sus compañeros.

EDUCACIÓN FÍSICA. SECUNDARIA. 2º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Ajusta sus desempeños motores al analizar los roles de cooperación-oposición que se desarrollan en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para afianzar el control de sí. • Relaciona sus desempeños motores con el incremento de su condición física al participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover la salud.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Manifiesta su potencial al planificar y participar en actividades físicas vinculadas con la expresión corporal, la iniciación deportiva y el deporte educativo, con el propósito de conocerse mejor y cuidar su salud. • Afirma su sentido de pertenencia a partir de la práctica de actividades físicas, expresivas y deportivas, con la intención de reconocerse y valorar su participación grupal.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Aplica el pensamiento estratégico al analizar la lógica interna de situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para resolver los problemas que se presentan. • Toma decisiones a favor de la participación colectiva en situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, para promover ambientes de aprendizaje y actitudes asertivas.

EDUCACIÓN FÍSICA. SECUNDARIA. 3º

EJE	Componentes pedagógico-didácticos	Aprendizajes esperados
COMPETENCIA MOTRIZ	Desarrollo de la motricidad	<ul style="list-style-type: none"> • Demuestra su potencial motor en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, caracterizadas por la interacción, para fomentar su disponibilidad corporal y autonomía motriz. • Pone a prueba su potencial motor al diseñar, organizar y participar en actividades recreativas, de iniciación deportiva y deporte educativo, con la intención de fomentar estilos de vida activos y saludables.
	Integración de la corporeidad	<ul style="list-style-type: none"> • Valora su identidad corporal mediante la práctica de actividades físicas, para la integración permanente de su corporeidad y la adquisición de estilos de vida saludables. • Reafirma su identidad corporal al diseñar alternativas motrices vinculadas con la actividad física, con el propósito de demostrar su potencial.
	Creatividad en la acción motriz	<ul style="list-style-type: none"> • Reestructura sus estrategias de juego al participar en situaciones de iniciación deportiva y deporte educativo, propuestas por él o sus compañeros, para favorecer su sentimiento de ser competente. • Promueve relaciones asertivas con sus compañeros en situaciones de juego, iniciación deportiva y deporte educativo, para fortalecer su autoestima y promover el juego limpio y la confrontación lúdica.



10. EVOLUCIÓN CURRICULAR

CIMENTAR LOGROS

ASPECTOS DEL CURRÍCULO ANTERIOR QUE PERMANECEN

- La construcción del diseño curricular a partir de las propuestas desarrolladas para la educación secundaria 2006 y primaria 2009, así como en el Plan de Estudios 2002 de la licenciatura en Educación Física.
- El desarrollo de una propuesta curricular de Educación Física que define una estructura y organización común para los niveles educativos.
- El reconocimiento del alumno como el centro de la acción educativa, y por ende, la promoción de aprendizajes vinculados con su desarrollo y aprendizaje motor.
- La definición de tres referentes fundamentales para la selección, diseño y organización de los aprendizajes:
 - Corporeidad
 - Motricidad
 - Creatividad
- El establecimiento de una progresión y complejidad en el proceso de desarrollo motor de los alumnos a partir de la distribución de aprendizajes para cada nivel y grado escolar.
- La diversificación de las estrategias didácticas en la planificación, diseño y organización de las sesiones a partir del juego motor.

AFRONTAR NUEVOS RETOS

HACIA DÓNDE SE AVANZA EN ESTE CURRÍCULO

- La articulación de la propuesta curricular, desde preescolar hasta secundaria, con la finalidad de establecer una progresión de los aprendizajes de Educación Física en la educación básica.
- La definición de un enfoque pedagógico, a partir de una orientación sistémica e integral de la motricidad, que permita reconocer al alumno y los distintos factores que inciden en su desarrollo (cognitivos, motrices, actitudinales, sociales, entre otros).
- La flexibilidad curricular para que los docentes tomen decisiones respecto a la organización de los aprendizajes esperados en cada grado, con base en las características, intereses y necesidades de sus alumnos.
- La incorporación de orientaciones didácticas y sugerencias de evaluación, como referentes didácticos para la intervención.