



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL COMAHUE
Centro Regional Universitario Bariloche

PROGRAMA DE CATEDRA: Formación Corporal Motora 3

AÑO ACADEMICO: 2011

CARRERA A LA QUE PERTENECE: Profesorado de Educación Física

PLAN DE ESTUDIOS N°: 435/03

CARGA HORARIA SEMANAL SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS: 4 HORAS

REGIMEN: Anual (120 hrs.)

CUATRIMESTRE: -----

AREA: Fundamentos de los Deportes Individuales

ORIENTACION: Destrezas de Nado y Destrezas Atléticas

EQUIPO DE CATEDRA: Prof. Lic. Federico Pizzorno **CARGO:** ASD/EC Interino 2
Prof. Luciano Magrini AYP Interino 3

ASIGNATURA CORRELATIVA: Formación Corporal Motora 1 (aprobada)
Formación Corporal Motora 2 y EFIN (cursada)

1. INTRODUCCION:

La asignatura se ubica en el tercer nivel del trayecto formativo del Profesorado en Educación Física, es el tercer nivel de cursado de Formación Corporal Motora y para el estudiante, este encuadre es clave ya que se afianzan los aprendizajes de las Destrezas a su vez comienza a desarrollar una didáctica especial de la Educación Física en su primer nivel de prácticas de la enseñanza construyendo el rol docente y aplicando e integrando el bagaje de conocimientos adquirido en las asignaturas correlativas anterior en la particularidad del contexto adolescente.

2. FUNDAMENTACION:

La asignatura Formación Corporal Motora 3 plantea la necesidad de interrogar y reflexionar sobre los propios aprendizajes de los estudiantes analizando no solo los trayectos formativos en el profesorado sino a la propia historia personal. La formación “...es entendida como un proceso que se inicia mucho antes del ingreso a la institución formadora en el que se pueden identificar diferentes momentos como la biografía escolar producto de complejas internalizaciones realizadas en la vida del alumno... el punto de partida de dicha formación es la propia experiencia, la historia personal y profesional, que transita entre la teoría y la practica, que toma en cuenta el conjunto de procesos cognitivos y afectivos y que los enmarca en un contexto institucional y socio político determinado” (Anijovich, 2009).

En este sentido se hacen presentes las diferentes perspectivas de la Educación Física desde la matriz de aprendizaje (Quiroga, 1991) de los estudiantes y el sentido y el significado que le fue implicado al Cuerpo y al Movimiento. Preguntarse por los conceptos Formación, Corporal y Motora refiere a revisar los aprendizajes propios a la luz de los marcos teóricos y tendencias del campo para descubrir de qué forma se aprende y qué estrategias se pueden llevar adelante a la hora de enseñar. Siguiendo a Corrales, Ferrari, Gómez y Renzi (2010) *“Tomar conciencia del cuerpo es la experiencia de lo que se siente a través de él y la experiencia de los que percibe a partir de ese cuerpo, al tiempo que se lo asume como realidad eficaz de comunicación. La corporeidad es realidad y origen de la comunicación, a través de ella se puede perfilar la propia imagen. La corporeidad se refiere al ser humano y por lo tanto el ser humano es y vive solo a través de su corporeidad. Podríamos decir que el ser humano es su cuerpo y a partir de él se desarrolla la corporeidad (aspecto físico, psíquico y anímico”*. En palabras de los autores *“se procura organizar los contenidos para que el futuro profesor comprenda la complejidad de la corporeidad sobre la cual interviene a través de su acción pedagógica”*.

Indagar sobre los conceptos que conforman el nombre de la Asignatura propicia el análisis y la construcción de un significado de la tarea docente para la cual los estudiante se están formando y desde este encuadre poder apropiarse de propuestas y contenidos de la Educación Física que están presentes en las destrezas acuáticas y atléticas, de poder reflexionar sobre las facilidades y dificultades de esa apropiación, de descubrir el modo del aprendizaje propio y de los otros y de esta forma tener presente un bagaje amplio de posibilidades y estrategias para poder enseñar. *“Proponemos concebir la motricidad como dimensión humana que supera el concepto biofisiológico del cuerpo y el dualismo mecánico instrumental que se le ha asignado al movimiento en la evolución histórica de la disciplina y que se expresa a través del movimiento dotándolo de intención, complejidad, sentido y significado”* (ob. cit.)

La Cátedra se sustenta entonces en una única propuesta desde la formación de Profesores en Educación Física entendiendo a la disciplina como *“pedagógica, que contribuye a la construcción de la corporeidad y motricidad con fuerte consideración de los contextos socio culturales en los que ejerce su acción, en constante reflexión sobre su propia identidad y sobre las estrategias de intervención necesarias para que dicha contribución sea posible”*. El propósito principal se constituye entonces en propiciar en los estudiantes ampliar la base de sensaciones y habilidades hacia una concepción de Educación Física integradora e inclusiva en el marco de la adolescencia y sus problemáticas, encuadrado en la idea de a) un deporte democrático¹, b) desde una Educación Física basada en la satisfacción cinestesica más que en el logro del rendimiento motor, c) una Educación Física que tenga como argumento principal la participación, la motivación intrínseca que representa el placer que proporciona la propia actividad física en el marco del uso creativo del Tiempo Libre entendido como Tiempo de Vida (Moreno, 1990).

Una Educación Física entendida como constructo social, con sujetos que aprenden, en el marco de un Profesorado en Educación Física para enseñar en los diferentes ámbitos laborales sean formales como no formales, lo cual requiere de capacidades, disponibilidad corporal y conocimientos.

Es indudable que la adolescencia es una etapa de grandes cambios: aparecen los caracteres sexuales secundarios, se produce el crecimiento corporal del final de la edad evolutiva, un aumento de la actividad mental formal, el primer amor, las incertidumbres hacia la vida y se desarrolla la personalidad. Se refuerzan actitudes de independencia, curiosidad y búsqueda de intereses fuera del hogar. La vivencia de la ruptura con la infancia los impulsa a asociarse con sus pares como una búsqueda de identidad.

En este marco los adolescentes construyen su corporeidad desde la propia historia, a partir de vivencias cotidianas, desde sus afectos, su disponibilidad corporal, la apreciación estética, sus conocimientos, su relación con los otros, la imagen, el contexto, las adicciones y el consumismo entre otras. El cuerpo y la imagen que tiene cada uno de si mismo están relacionados con la construcción de la identidad del sentimiento interno de reconocimiento, de mismidad y los profesionales de la Educación Física nos debemos una reflexión, una revisión profunda de los enfoques y perspectivas teórico practicas en pos de alcanzar la disponibilidad corporal entendida como: todas aquellas conductas motrices, cognitivas, expresivas y psicológicas para poder resolver nuevos problemas de movimiento (Le Bouch, 1991).

En este sentido es fundamental el trabajo y la estrategia transversal de abordaje de contenidos con otras asignaturas que están imbricadas con la Adolescencia como son Psicología 2 y Deportes de Conjunto 3 como

¹ Tavosnanska, Pedro H., comp. (2009). Democratización del deporte, la Educación Física y la Recreación, Ed. Biotecnológica. Buenos Aires, Argentina

también las Actividades de Extensión favorecen la apropiación de la realidad y la formulación de interrogantes para abordar las problemáticas integradamente.

Las destrezas acuáticas y atléticas se consideran como actividades humanas en relación con su medio ambiente, con sus pares y con su propia necesidad. Se sustentan en diversos soportes como la historia, la herencia, el contexto y las vivencias previas individuales, condiciones antropológicas y socioculturales como por ejemplo: las relaciones de cooperación y comunicación entre los individuos y entre pares, con docentes o la familia y las necesidades básicas del grupo social. Sintetizan cada uno en su ámbito las distintas posibilidades que ha desarrollado el hombre para moverse formando parte de su cultura física en pos de la realización personal en el campo de la corporeidad y el movimiento (Hahn, 1988, 51). Se las reconoce como un conjunto de habilidades y destrezas de sumo valor para la salud, el desarrollo corporal, orgánico y la recreación llevándose al plano de la pedagogía y la didáctica el problema de su enseñanza y aprendizaje desde las capacidades coordinativas (Starischka, 1984, 200) como de las condicionales (Grosser, 1981, 10).

La enseñanza de las destrezas acuáticas y atléticas se refieren para esta asignatura a una problemática mucho mas amplia que la capacidad elemental de mantenerse a flote o de moverse hacia una meta determinada. Comprenden todas las actividades en el agua y en el ámbito terrestre que el hombre puede realizar para su satisfacción personal, el mantenimiento o recuperación de la salud, su bienestar o para mostrar sus posibilidades de rendimiento deportivo. Es decir múltiples opciones que el sujeto puede elegir en libertad, en el marco de una concepción de educación permanente sea en el marco grupal o individual. A su vez, el alumno – practicante – futuro profesional de la educación física debe recorrer, transitar, un proceso no solo de incorporación de nuevos contenidos sino plantearse la función docente, el rol de enseñar. En este sentido es fundamental develar y analizar cuales son los contenidos de la Educación Física que se ponen de manifiesto a la hora del aprender por parte de los estudiantes y así elaborar construcciones metodológicas para poder enseñar.

Se pone de manifiesto que la lógica es la de la Educación Física y no las de las disciplinas deportivas y las técnicas que se enseñan como contenidos, no tienen un fin en si mismas sino que desde esta concepción son estrategias didácticas como una amplia posibilidad de integrar conocimientos estimuladores para que el sujeto disponga a lo largo de su vida. Entonces se estará propiciando "...un espacio de aprendizaje para el tiempo libre a partir del desarrollo de la motricidad, de la creatividad y la actitud lúdica desde las diferentes modalidades (Sánchez Bañuelos, 1997). Esto supone favorecer factores tan importantes como la influencia del propio crecimiento, la entrenabilidad de las cualidades físicas, el juego, el gesto técnico como conocimiento cultural como lo actitudinal, la auto evaluación y el desarrollo de la autonomía y la autoestima. El uso exclusivo y valorativo del rendimiento puede transformarse en discriminatorio y frustrante y puede inferir una construcción del sentido de la Educación Física tecnicista, eficientista, poco reflexiva, valorativa de los contextos. las realidades, los intereses y las motivaciones propias del alumnos como hacia las que pueda orientar su futura practica profesional

Es motivo de esta propuesta académica considerar al alumno como eje central en torno al cual se realizan los procesos de enseñanza y los de aprendizajes ampliando la oferta de actividades, dando cabida a las que se ajusten mejor al perfil psicomotor de tal forma que, aprendiendo a detectar sus propias necesidades e inquietudes podrá desarrollar en los demás, un proceso creativo centrado en el alumno, valorando la salud y el uso responsable del tiempo libre, resaltando el axioma que dice "no se puede transmitir lo que no se contiene". Tomo las palabras de Marienne Frostig quien explica la importancia e incidencia del movimiento en el desarrollo integral de los niños, agrego adolescentes, diciendo: "El buen estado físico de un niño como así la calidad de sus movimientos influyen en todas sus capacidades psicológicas, sus habilidades para comunicarse, para percibir y resolver problemas y también el modo en que se siente e interactúa con los demás."

En este sentido la cátedra se configura en los siguientes ejes/interrogantes:

- ¿Qué es Formación Corporal Motora?
- ¿De qué forma es atravesada por la problemática adolescente?
- ¿De qué forma las destrezas acuáticas y atléticas favorecen la disponibilidad corporal de los sujetos?
- ¿Qué contenidos de la Educación Física se ponen en juego?
- ¿En qué medida la historia personal, como parte del trayecto formativo, facilita o dificulta el aprendizaje?
- De qué manera esta instancia meta cognitiva, propicia un modo de enseñanza, critico, reflexivo, contextualizado y fundado?

3. OBJETIVOS:

Que los alumnos adquieran como futuros docentes una formación sólida tanto desde los fundamentos teóricos como desde la propia vivencia corporal en relación a las distintas temáticas que involucra a adolescencia y su disponibilidad corporal.

Que el alumno descubra y valore su proceso de aprendizaje en las diferentes posibilidades y modalidades de movimiento en el ámbito acuático como en el terrestre.

Que el alumno desarrolle una construcción metodológica, defina estrategias, herramientas y recursos en el proceso de enseñanza aprendizaje en los demás desde la exploración, la creatividad y el juego.

Que el alumno incorpore y pueda transmitir como actitud y aptitud ante la vida, los fundamentos y la necesidad de realizar actividades físicas como prevención de salud.

PROPÓSITOS

- Promover en el estudiante el reconocimiento y desarrollo progresivo de la construcción de lo corporal del adolescente a través de variadas tareas motrices para una identificación y aceptación del propio cuerpo como manifestación de salud, expresión, comunicación y creatividad de la motricidad humana.
- Propiciar en el futuro profesional la necesidad de desarrollar estrategias de actividad física en el adolescente que favorezca la disminución de los riesgos que acarrea el sedentarismo generando una actitud positiva y construyendo saberes significativos desde las diferentes configuraciones de movimiento.
- Favorecer practicas, reflexiones y marco teórico significativo para una adecuada disponibilidad corporal transferible a la práctica profesional a partir de las propias vivencias.
- Facilitar desde variadas y creativas estrategias actividades con la finalidad de educar física e integralmente al hombre a lo largo de su vida, en su contexto histórico y socio cultural, sea en los ámbitos de educación formal como no formal.
- Desarrollar el rol docente propiciando una construcción metodologica posible de enseñar a través de una actitud reflexiva y critica de la tarea docente.

4. CONTENIDOS SEGÚN PLAN DE ESTUDIOS:

Capacidades motoras, formación física de base y especial de la adolescencia. Preparación física-formativa del alumno universitario con relación a las asignaturas del año en curso. Natación y Atletismo. Reglamento. Aplicación de los contenidos a la enseñanza.

5. CONTENIDO PROGRAMA ANALÍTICO:

Unidad A:

Formación Corporal Motora y Adolescencia. Disponibilidad Corporal y la Educación Física (Se desarrollara como unidad transversal, atravesando las demás unidades).

- 1- La Adolescencia, el cuerpo y sus conocimientos. Imagen. Apreciación estética su relación con los otros. La construcción de la identidad del sentimiento interno de reconocimiento, de mismidad.
- 2- Disponibilidad Corporal. Características y problemáticas actuales en relación a las posibilidades y ofertas de espacios de encuentro. El Tiempo Libre, el consumo, el grupo y los aprendizajes.

Unidad B:

Actividades motoras en el medio acuático y terrestre.

- 1- Descubrimiento y análisis de las posibilidades corporales como de las propiedades físicas de los cuerpos en relación a la fuerza de gravedad en el ámbito acuático y terrestre:
Densidad, Resistencia estática y dinámica, Temperatura, Empuje, Presión.
Posiciones, posturas, actitudes.

Unidad C:

Desarrollo de Habilidades y Destrezas. Aprendizaje Motor en la Adolescencia

Sensibilización. Sostén y Apoyo. Equilibrio. Orientación espacial. Relajación. Traslación- Ritmo.
Formas básicas de movimiento y movimientos básicos en diferentes posiciones: caminar, trotar, saltar girar.
Propulsión de piernas y brazos. Empuje. Control respiratorio. Inmersión. Juegos con y sin elementos.
Flotación. Flotación dorsal, ventral.. Deslizamientos. Alineación. Posición en A, B o C e invertida.
Deslizamientos. Zambullida. Juegos.

Construcción de las formas de nado y técnicas de desplazamiento. Movimientos cerrados, Alternados y Simultáneos. Crawl. Pecho. Espalda. Mariposa, Carrera con Pasaje de Vallas, 3000 mts, Salto Triple, Lanzamiento de Disco.

Manejo de los objetos. Participación de actividades exploratorias y lúdicas. Reglamentos.
Diferentes alternativas de conocimiento de deportes y actividades específicas como por ej:
Waterpolo, Cross country, Buceo, Salvataje, Lanzamientos, Nado sincronizado, Saltos y Saltos ornamentales, Aqua gym, Actividades Físicas con personas con capacidades especiales y Tercera Edad

Unidad D

Condición física general y especial del Adolescente y el Joven

Capacidades condicionales: Bases energéticas. Resistencia. Fuerza. Flexibilidad Velocidad.
Capacidades coordinativas: análisis de las diferentes clasificaciones y autores simples, complejas, aprendizaje motor.
Capacidades físicas básicas

Unidad E: La enseñanza y construcción metodológica apoyada en la propia experiencia de formación y biografía escolar analizando los posibles contextos de acción.

Actividades de Extensión:

- Actividades de Observación en ámbitos formales y no formales de grupos adolescentes,
- Una noche sin alcohol,
- Pista de Salud,
- Articulación con las Juntas Vecinales Jardín Botánico, Altos del Jardín Botánico y La Cumbre.

6. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y DE CONSULTA:

Bird, J. C. Natación-

Brinnizer, Evelina V, 2002. Percepciones del Tiempo Libre durante la Adolescencia. Tesis de Licenciatura. U FASTA.

Anijovich (2009). Transitar la Formación Pedagógica. Dispositivos y Estrategias. Paidós Buenos Aires, Argentina.

Corrales, Ferrari, Gómez, Renzi (2010). La Formación Docente en Educación Física. Perspectivas y Prospectiva. Noveduc. Buenos Aires México.

Counsilman J. (1990) La natación Ciencia y técnica.

Declaración de los Derechos del Niño y del Adolescente

Guerrero Luque, Rafael (1994). Guía de las Actividades Acuáticas. Paidotribo Colección Deporte, Barcelona.

Grasso Alicia (comp.) (2009). La Educación Física cambia, Ed. Novedades Educativas, Buenos Aires México.

Mazzeo Emilio, Mazzeo Edgardo, (2008). Atletismo para todos. Carreras, Saltos, Lanzamientos. ¿Cómo enseñar el deporte hoy?. Ed. Stadium, Argentina

Ministerio de Educación. Provincia de Río Negro, 2008. Diseño Curricular Ciclo Básico de la Escuela Secundaria Rionegrina. La transformación de la escuela secundaria desde Educación Física.

Navarro Fernando. Pedagogía de la natación

Pavia, Víctor (1990). Adolescencia, Grupo y Tiempo Libre. Ed Humanitas, Buenos Aires Argentina.

Quiroga, Ana (1991). Matrices de Aprendizaje. Constitución del sujeto en el proceso de conocimiento. Ediciones Cinco. Buenos Aires, Argentina.

Reglamento de Atletismo y Natación. Ed. Stadium, Argentina

Revista Novedades Educativas, (2010). Infancias y Juventudes. Noveduc, Argentina México.

Riera, Mario (1990). Waterpolo. Técnica- Táctica- Niveles de Aprendizaje. Ed Hispano Europea, Barcelona España.

Ruiz Pérez, Luis coord., (2001). Desarrollo, Comportamiento Motor y Deporte. Editorial Síntesis. España.

Tavosnanska Pedro H. comp.. (2009). Democratización del Deporte, la Educación Física y la Recreación. Ed Biotecnológica, Buenos Aires Argentina

Tobin, Robatto, (2010). Los Jóvenes tienen la Palabra. Aprender a participar participando. Participación Juvenil en la elaboración de Políticas Públicas. AVINA GEB. Bariloche Argentina

Vilte E., J. Gómez, (1994). La enseñanza de la Natación. Ed. Stadium. Buenos Aires Argentina.

7. PROPUESTA METODOLOGICA:

“Cada alumno es el constructor de su propio aprendizaje, el docente será su gran colaborador, orientador, facilitador, proponiendo situaciones que inciten a la exploración y búsqueda de adecuadas respuestas motoras, percepciones, sensaciones desarrollando una ejecución eficaz”.

Los procesos de enseñanza y los de aprendizaje que cada estudiante vivirá tendrá su correlato luego con su experiencia como futuro docente desarrollando así un proceso de meta cognición con sus fortalezas y problemáticas a lo largo del proceso de aprendizaje en pos de construir una construcción metodológica de enseñanza. La Educación Física es una practica social y el conocimiento integrado como la sumatoria de experiencias exploratorias grupales ampliarán las habilidades y las destrezas. Ante una misma consigna cada uno seleccionara los canales de información que mas se adecuen a su experiencia anterior, valorando la percepción que de la misma se realice como conocidos o desconocidos permitiéndole al alumno una mejor, amplia, enriquecedora y pertinente organización y entendimiento (Vester, 1988). No debe confundirse aprendizaje de un movimiento con entrenamiento técnico pues si bien están relacionados señalan diferencias importantes a la hora de definir un proceso de enseñanza aprendizaje. Cuando hablamos de aprendizaje se refiere a la adquisición y perfeccionamiento de habilidades y movimientos básicos que en forma amplia y multifacético sostienen la iniciación a la practica con proyección hacia los ámbitos de la vida diaria, laboral o deportiva. En cambio el entrenamiento técnico consiste en la ejercitación, perfeccionamiento y aplicación sistemática de ejercicios contruidos a partir de movimientos ya aprendidos.

La asignatura es teórico-práctica con una intencionalidad de integración con las anteriores y correlativas del área sumado a un acercamiento a la realidad de actividades y propuestas a través de las cuales poder hacer observaciones y cuestionar desde la reflexión la practica y la teoría que configura la tarea. Los prácticos se llevaran adelante en las instalaciones del Club Pehuenes de la ciudad en horario y día ya determinado, con un espacio extra individual o grupal a modo de consulta práctica. Los teóricos se realizaran en el centro Regional y tratarán los contenidos y estructuras fundamentales de la Destreza buscando la coordinación requerida por el Área entre las mismas.

La asignatura en este programa no pone el acento en el rendimiento físico como determinante de aprobación ya que se sustenta en los procesos de los estudiantes apelando al rendimiento académico en el cual se busca coherencia entre la teoría y la práctica sosteniendo que toda teoría conlleva una práctica y cada práctica muestra un marco teórico.

8. EVALUACIÓN Y CONDICIONES DE ACREDITACION:

La asignatura se aprobara a través de una promoción de 8 (ocho) puntos o mas y/o de un examen final en el cual los alumnos expondrán la síntesis y la construcción individual que pudieron desarrollar en los trabajos prácticos y teóricos.

La asistencia a las clases se pautan en un 75%.

La asignatura tendrá a su vez dos parciales.

La asignatura se enmarca dentro de las reglamentaciones vigentes tanto para los docentes responsables de la asignatura como para los alumnos. De esta forma se lleva adelante el protocolo de seguridad respetando la relación docentes alumnos, el protocolo de emergencia vigente, cuidados personales, ambientales y de organización (Ordenanza Nro 0492, Res. CD. Nro 111/03, Res. CD. Nro 206/02)

9. DISTRIBUCIÓN HORARIA:

1:20 hora de pileta para cada comisión que se forme, (no más de 24 por comisión según Protocolo de Seguridad del Natatorio del Club Los Pehuenes).

1:20 hora en pista atlética o gimnasio para cada comisión.

1:20 hora de Teórico semanal en el Centro Regional (Aula 6).

1 hr en la pileta (Jueves de 20 a 22 hrs.),

1 hr. en la pista o gimnasio (Miércoles de 14 a 15hrs),

1 hr en CRUB (Viernes de 9 a 10 hrs).

10. CRONOGRAMA TENTATIVO:

Actividad Académica: Miércoles de 9 a 13 hrs. en el natatorio,

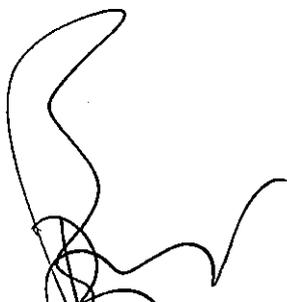
Viernes de 14 a 16:40 hrs. en la pista o gimnasio,

Martes de 16:30 a 17:50 Teórico

Consulta: Viernes 9 a 10 en CRUB

Jueves 20 a 22 en Natatorio

Miércoles 14 a 15 en Pista o Gimnasio



Prof. Lic. Federico Pizzorno

PROFESOR

(firma y aclaración)

FEDERICO PIZZORNO
LIC. EN EDUCACION FISICA
Y RECREACION



CONFORMIDAD DEL DEPARTAMENTO

(firma y aclaración)

Silvia Zanetti



CONFORMIDAD DEL CENTRO REGIONAL UNIVERSITARIO BARILOCHE

(firma y aclaración)

Prof. Marisa N. Fernandez
Secretaria Académica
Centro Regional Universitario Bariloche
Universidad Nacional del Comahue