

# Licenciatura en Educación Física

Plan de Estudios 2018

Programa del curso

## Bases estructurales del movimiento corporal

Segundo semestre

**SEP**

SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



Primera edición: 2018

Esta edición estuvo a cargo de la Dirección General  
de Educación Superior para Profesionales de la Educación  
Av. Universidad 1200. Quinto piso, Col. Xoco,  
C.P. 03330, Ciudad de México

D.R. Secretaría de Educación Pública, 2018  
Argentina 28, Col. Centro, C. P. 06020, Ciudad de México

## Índice

Descripción y propósito general del curso.....	5
Competencias del perfil de egreso a las que contribuye el curso....	8
Estructura del curso .....	10
Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza.....	11
Sugerencias de evaluación.....	15
Unidad de aprendizaje I. Mi cuerpo en la acción motriz.....	18
Unidad de aprendizaje II. El cuerpo en la diversidad de movimiento .....	23
Unidad de aprendizaje III. Intervención del Educador Físico en la Motricidad y Corporeidad a partir de las Estructuras Corporales..	28
Perfil docente sugerido.....	32
Bibliografía del curso .....	33

Trayecto formativo: **Formación para la enseñanza y el aprendizaje**  
Carácter del curso: **Obligatorio** Horas: **4** Créditos: **4.5**

## **Descripción y propósito general del curso**

### **Propósito**

Este curso tiene como propósito general que los estudiantes normalistas utilicen el conocimiento sobre las estructuras corporales y sistemas implicados en la acción motriz y puedan tomar decisiones en su práctica profesional para promover el desarrollo físico sistemático de los alumnos de educación obligatoria.

### **Descripción**

El curso *Bases Estructurales del Movimiento Corporal* surge de la necesidad de contribuir a la formación profesional e integral del estudiante de la Licenciatura en Educación Física, en la construcción de los conocimientos básicos para la comprensión de las estructuras anatómicas que soportan la posibilidad del movimiento humano.

Los futuros educadores físicos estudiarán temas relacionados con las estructuras del cuerpo y sus implicaciones en el movimiento corporal, a partir de una investigación teórica que les permita dar significado a las acciones motrices en sí mismas; identificar la diversidad del movimiento corporal en las diferentes edades a partir de la observación en contextos diferenciados y así, reflexionar sobre la importancia de una intervención didáctica pertinente, como docentes de educación obligatoria, de acuerdo al desarrollo sistemático de estudiantes, desde la identificación de situaciones problema que favorezcan su desarrollo físico en la prevención de lesiones corporales.

El curso se ubica en el segundo semestre de la malla curricular y pertenece al trayecto formativo denominado "Formación para la enseñanza y el aprendizaje", incluye 4.5 créditos que son abordados en cuatro horas semana-mes y se encuentra integrado en tres unidades de aprendizaje, para que el futuro educador logre las finalidades planteadas: *Unidad de aprendizaje I. Mi cuerpo en la acción motriz*, en esta unidad de aprendizaje se retoman los conocimientos previos de los estudiantes sobre sus *estructuras corporales* y a partir de allí, buscarán, seleccionarán y discriminarán información referenciada para proponer los marcos explicativos del movimiento corporal. Con esta actividad, el estudiante normalista construirá una descripción de sí mismo y de sus movimientos corporales, para poder comprender el movimiento de los demás en el contexto formativo. En la *Unidad de aprendizaje II. El cuerpo en la diversidad de movimiento*, el estudiante normalista pondrá en juego los

conocimientos teóricos con los que cuenta, construidos en la unidad anterior, para diferenciar el movimiento corporal en las diferentes edades y contextos en los que se desenvuelve la persona, con ello podrá reflexionar sobre la importancia que tiene el considerar estos factores de movimiento en propuestas de intervención didáctica. En la *Unidad de aprendizaje III. Intervención del educador físico en la motricidad y corporeidad a partir de las estructuras corporales*, el estudiante normalista con base en los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que ha venido incorporando en su formación durante el trayecto del curso, tendrá la oportunidad de diseñar esbozos de intervención didáctica, en la que incorporará los elementos de la motricidad y la corporeidad para proponer prácticas motrices seguras, que beneficien el desarrollo de los escolares de educación obligatoria.

*Bases estructurales del movimiento corporal* guarda una estrecha relación con los siguientes cursos, se sugiere la comunicación y colaboración efectiva con los responsables de cada uno de ellos.

*Periodos y etapas del ciclo vital:* Asignatura del primer semestre donde se reconoce la importancia de identificar los hitos del desarrollo humano, es decir, cómo los cambios producidos en el proceso evolutivo del desarrollo humano influyen directamente en el movimiento y características propias de cada etapa, y con ello, construir una visión global de las estructuras y funciones que posibilitan el movimiento corporal.

*Bases funcionales del movimiento corporal:* La relación que guarda con este curso es de suma importancia ya que se considera un complemento para que el futuro educador físico construya una visión global de las estructuras y funciones que posibilitan el movimiento corporal. Se espera que el estudiante normalista identifique el movimiento corporal, partiendo de las características estructurales, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo en cada una de las etapas del desarrollo humano y las contextualice en concordancia con el entorno social, a fin de que sea capaz de hacer intervenciones pedagógicas en Educación Física de manera inclusiva e integral.

*Bases de la motricidad:* El curso tiene como propósito que los estudiantes normalistas comprendan las bases de la motricidad y los principales ámbitos de la competencia motriz y los caracterice en las diferentes etapas de la niñez y adolescencia, a fin de que sea capaz de diseñar y desarrollar ambientes de aprendizaje incluyentes en concordancia a los contenidos de planes y programas de Educación Física vigentes, tomando en cuenta las características estructurales, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo.

*Cursos del Trayecto de práctica profesional:* Estos cursos articulan actividades de tipo teórico-práctico, con énfasis en el acercamiento paulatino a la actividad

profesional en contextos específicos para su análisis, y el movimiento corporal es un elemento primordial que el docente debe tomar en cuenta para diseñar situaciones didácticas, para realizar una práctica segura con los niños, niñas y adolescentes.

Este curso fue elaborado por docentes normalistas y especialistas en diseño curricular provenientes de las siguientes instituciones: Vianney Ángeles Pérez, Juana Edith Enciso Meneses e Isidoro Hernández Islas, del Centro Regional de Educación Normal Benito Juárez, de Pachuca, Hidalgo; Eliseo Alejandro Bravo Acevedo, de la Escuela Normal Experimental "Presidente Lázaro Cárdenas" de Putla, Oaxaca; Luis Eduardo Martínez Durán, de la Escuela Normal de Estudios Superiores del Magisterio Potosino Plantel No. 1. San Luis Potosí; Jaime Sergio Martínez Salvador, de la Escuela Normal Experimental Huajuapán, de Oaxaca; Damián Merlo Rodrigo, del Centro de Estudios Superiores de Educación Especializada, de León, Guanajuato; Nathaly Fernanda Santana Andrade, de la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, de la UNAM. Así como especialistas en diseño curricular: Julio César Leyva Ruiz, Gladys Añorve Añorve, Sandra Elizabeth Jaime Martínez, y especialistas técnico-curriculares: Refugio Armando Salgado Morales y Jessica Gorety Ortiz García de la Dirección General de Educación Superior para Profesionales de la Educación.

## **Competencias del perfil de egreso a las que contribuye el curso**

El curso coadyuva con la formación integral del estudiante a través del desarrollo de las siguientes:

### **Competencias genéricas**

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Colabora con diversos actores para generar proyectos innovadores de impacto social y educativo.
- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

### **Competencias profesionales**

*Utiliza conocimientos de la Educación Física para hacer transposiciones de acuerdo a las características y contextos de los estudiantes a fin de abordar los contenidos curriculares de los planes y programas de estudio vigentes.*

- Identifica marcos teóricos y epistemológicos de la Educación Física, sus avances y enfoques didácticos para la enseñanza y el aprendizaje.
- Caracteriza a la población estudiantil con la que va a trabajar para hacer transposiciones didácticas congruentes con los contextos y los planes y programas.
- Articula el conocimiento de la Educación Física para conformar marcos explicativos y de calidad.
- Utiliza los elementos teórico-metodológicos de la investigación como parte de su formación permanente de la Educación Física.



*Diseña los procesos de enseñanza y aprendizaje de acuerdo con el enfoque vigente de la Educación Física, considerando el contexto y las características de los estudiantes para lograr aprendizajes sustentables.*

- Propone situaciones de aprendizaje de la Educación Física, considerando su enfoque y los planes y programas vigentes; así como los diversos contextos de los estudiantes.

### **Competencias específicas**

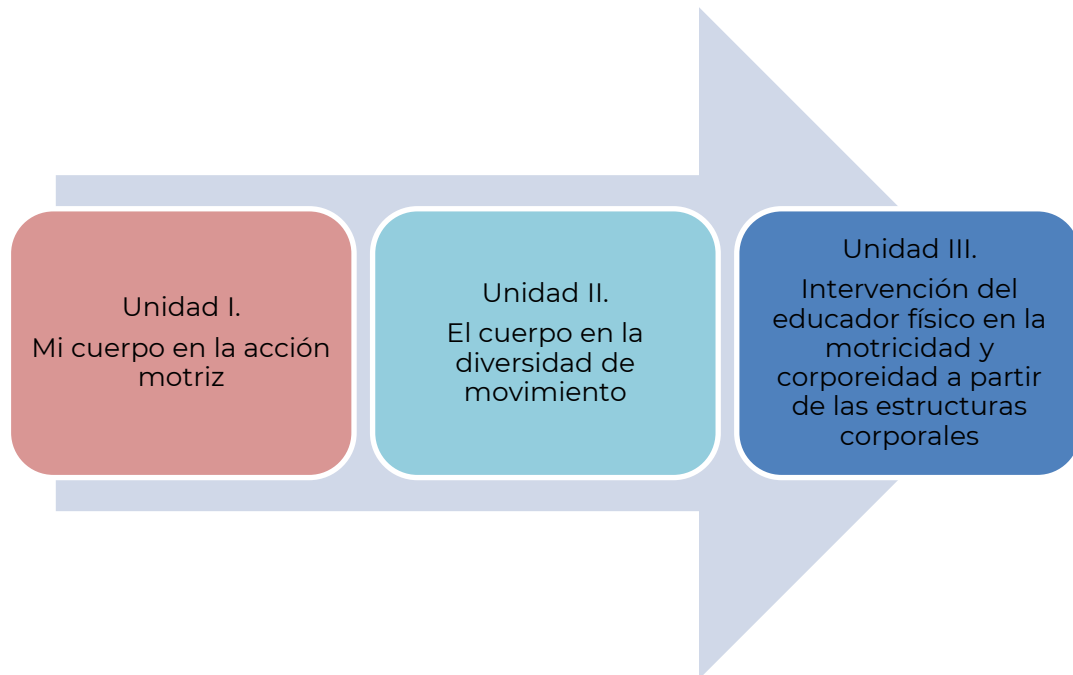
*Sustenta una práctica docente integral al contrastar enfoques y metodologías de la Educación Física, el juego y el deporte educativo en el marco de las tendencias actuales.*

- Utiliza diversas estrategias didácticas de la Educación Física para el aprendizaje en la atención de distintos contextos.

*Utiliza conocimientos derivados del estudio del cuerpo y sus referentes en Educación Física desde la competencia motriz, la corporeidad, la motricidad, la creatividad, para hacer intervenciones pedagógicas con base en el desarrollo sistemático de niñas, niños y adolescentes.*

- Identifica las características fisiológicas, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo humano en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Comprende el movimiento y el cuerpo desde explicaciones de las ciencias sociales.
- Emplea los elementos que integran la corporeidad y la motricidad para orientar su praxis pedagógica.

## Estructura del curso



## **Orientaciones para el aprendizaje y enseñanza**

Al ubicarse el presente curso en el trayecto “Formación para la enseñanza y el aprendizaje” y con base en la estrecha relación con otros cursos de carácter práctico, se sugiere establecer una red de comunicación con los docentes encargados de esos cursos, para crear estrategias de aprendizaje que coadyuven a la consolidación de las competencias establecidas en el plan y programas de estudio.

De esta forma se pretende atender al enfoque de la licenciatura con especial énfasis en los elementos sistémico, pedagógico y humanista para favorecer la construcción de competencias genéricas, profesionales y específicas del futuro educador físico, vinculado con un proceso de enseñanza y aprendizaje caracterizado por un paradigma socio crítico, que alude a que toda comunidad (incluyendo al profesor) es considerada como un espacio para la investigación o el desarrollo educativo de sus integrantes, porque es en ella, donde se dinamizan diversos procesos de participación que permiten acceder al conocimiento y comprensión de la realidad como praxis. Al vincular el estudio de la teoría y la práctica de un evento determinado, los participantes (en trabajo colaborativo) tienen mayores posibilidades de tomar decisiones consensuadas de manera más responsable. De esta manera el aprendizaje puede consolidarse hacia un desarrollo pleno e integral de las personas.

El curso pretende que los estudiantes normalistas generen marcos explicativos sobre las bases estructurales del movimiento corporal, a través del conocimiento que tienen de sí mismos y de sus experiencias corporales, al realizar diferentes acciones motrices para explicar cómo intervienen estas estructuras y a su vez plantear interrogantes a las que den respuestas tentativas con base a sus aprendizajes previos.

Se sugiere que el docente utilice el enfoque de la ciencia como un enfoque formativo básico mismo que se sugiere en la educación obligatoria en los campos de formación: exploración y comprensión del mundo natural y social ; y el empleo de la estrategia del POE que consiste en predecir, observar y explicar, que en un primer momento permitirá conocer, qué tanto comprenden sobre las estructuras de su propio cuerpo en relación al movimiento corporal y las acciones motrices, predecir la situación actual de su corporeidad y a la vez justificar su predicción.

El profesor acompaña al estudiante normalista en la búsqueda de respuestas a sus preguntas, por ejemplo: ¿qué estructura permite que los desechos del organismo pasen a la vejiga? ¿qué músculos intervienen para mover el dedo pulgar? A través de esta indagación, propicia situaciones para el intercambio de

ideas y argumentos a fin de enriquecer las interrogantes, planteando actividades de forma abierta con situaciones concretas por ejemplo: dibuja en el brazo de un compañero hasta donde crees que llega el músculo tríceps, dar paso a la complejidad progresiva del conocimiento de cada estudiante, promueve la duda orientada al razonamiento crítico y el manejo continuo de explicaciones más complejas y abstractas al introducir nuevas formas de ver y explicar el fenómeno y también sugiere favorecer la consulta en bibliotecas digitales, videos, bases de datos, y portales de revistas científicas para sustentar los marcos explicativos que se han generado.

En un segundo momento, se continúa con el conocimiento de las estructuras corporales del movimiento a través de buscar explicaciones para comprender lo que pasa en los otros, y en vinculación con la asignatura del trayecto de práctica profesional el estudiante realiza acercamientos con los alumnos de la educación obligatoria para observar lo que sucede en sus cuerpos a través de videgrabaciones y registros que le permitan después explicar los sucesos.

El docente se encarga de favorecer la expresión del pensamiento de los estudiantes, aceptar el lenguaje aproximativo, sin limitar expresiones con la intención de avanzar en la precisión y el uso del lenguaje científico, valorar el proceso en la construcción de saberes por encima de los resultados, ya que se generan tantas interrogantes y explicaciones como contextos y nivel educativo se consideren para el análisis.

Esta estrategia implica fortalecer habilidades para que los estudiantes formulen preguntas e hipótesis y desarrollen actividades vivenciales para ponerlas a prueba, así como observar, comparar y medir, clasificar, reconocer patrones, registrar para elaborar explicaciones coherentes que satisfagan los cuestionamientos iniciales, y así entender globalmente la formación básica sobre las estructuras del movimiento corporal.

En un tercer momento se busca que el estudiante normalista utilice los marcos de referencia construidos a través de la experiencia personal y los derivados de la observación y el análisis de los alumnos de la educación obligatoria para diseñar propuestas de intervención pedagógicas contextualizadas y con enfoque humanista en los diferentes niveles de educación obligatoria a través de la misma metodología: la formación científica básica y el POE en las jornadas de práctica profesional del segundo semestre.

El uso adecuado de las tecnologías de la información y la comunicación será fundamental ya que se pretende que el estudiante normalista desarrolle competencias investigativas en cuanto a la búsqueda, selección y análisis de la información que le permita reflexionar y argumentar, para después convertir en

prácticas profesionales adecuadas a las necesidades de movimiento en estudiantes de la educación obligatoria.

Durante las jornadas de acercamiento a las escuelas de educación obligatoria, el estudiante normalistas tendrá la oportunidad de estar en contacto directo con escolares de diferentes edades, contextos y situaciones donde podrán realizar observaciones directas del movimiento corporal y pasividad de niños, niñas y adolescentes y jóvenes dentro y fuera de las sesiones de asignaturas, como son: la hora de entrada y salida, el recreo, la sesión de Educación Física e incluso en su andar por los diferentes espacios con los que cuenta la escuela visitada. Esta observación será de suma importancia para contrastar los elementos teóricos revisados desde la primera unidad con las acciones motoras que ejercen los y las escolares en situaciones diversas. Se sugiere que en cada jornada de observación los normalistas realicen un diario de observación y que focalicen su mirada hacia el movimiento corporal de los estudiantes, esto servirá como evidencia de trabajo el cual vendrá utilizando durante el abordaje de los diferentes contenidos, principalmente en la segunda y tercera unidad de aprendizaje.

Aunado a lo anterior es importante que durante el trabajo en el aula se propongan las siguientes estrategias didácticas:

- *Aprendizaje por proyectos*

Es una estrategia de enseñanza y aprendizaje en la cual cada estudiante se involucra de forma activa en la elaboración de una tarea-producto (material didáctico, trabajo de indagación, diseño de propuestas y prototipos, manifestaciones artísticas, exposiciones de producciones diversas o experimentos, etc.) que da respuesta a un problema o necesidad planteada por el contexto social, educativo o académico de interés.

- *Aprendizaje basado en problemas (ABP)*

Estrategia de enseñanza y aprendizaje que plantea una situación problema para su análisis y/o solución, donde cada estudiante es partícipe activo y responsable de su proceso de aprendizaje, a partir del cual busca, selecciona y utiliza información para solucionar la situación que se le presenta como debería hacerlo en su ámbito profesional.

- *Aprendizaje colaborativo*

Estrategia de enseñanza y aprendizaje en la que cada estudiante trabaja junto en grupos reducidos para maximizar tanto su aprendizaje como el de sus colegas. El trabajo se caracteriza por una interdependencia positiva, es decir, por la comprensión de que para el logro de una tarea se requiere del esfuerzo equitativo de cada integrante, por lo que interactúan de forma positiva y se apoyan mutuamente. El personal docente enseña a aprender en el marco de experiencias colectivas a través de comunidades de aprendizaje, como espacios que promueven la práctica reflexiva mediante la negociación de significados y la solución de problemas complejos.

## **Sugerencias de evaluación**

En congruencia con el enfoque del Plan de Estudios, se propone que la evaluación sea un proceso permanente que permita valorar de manera gradual la manera en que cada estudiante moviliza sus conocimientos, pone en juego sus destrezas y desarrolla nuevas actitudes utilizando los referentes teóricos y experienciales que el curso propone.

La evaluación sugiere considerar los aprendizajes a lograr y a demostrar en cada una de las unidades del curso, así como su integración final. De este modo se propicia la elaboración de evidencias parciales para las unidades de aprendizaje.

Las sugerencias de evaluación, como se propone en el Plan de Estudios, consiste en un proceso de recolección de evidencias sobre un desempeño competente del estudiante con la intención de construir y emitir juicios de valor a partir de su comparación con un marco de referencia constituido por las competencias, sus unidades o elementos y los criterios de evaluación; al igual que en la identificación de aquellas áreas que requieren ser fortalecidas para alcanzar el nivel de desarrollo esperado en cada uno de los cursos del Plan de Estudios y en consecuencia en el perfil de egreso.

De ahí que las evidencias de aprendizaje se constituyan no sólo en el producto tangible del trabajo que se realiza, sino particularmente en el logro de una competencia que articula sus tres esferas: conocimientos, destrezas y actitudes.

El abanico de opciones a las que puede recurrir el profesorado que gestiona procesos de aprendizaje de los contenidos del curso son muy variados, la elección de evidencias de aprendizaje para evaluar lo aprendido debe, necesariamente, ser consistente con las situaciones y actividades de aprendizaje elegidas, y lo más importante: responder al desarrollo de las competencias.

En este marco comprensivo se asume que hay una enorme cantidad de evidencias de aprendizaje que el profesorado ha utilizado a lo largo de su experiencia docente, la cual, por cierto, podrá utilizar en este curso, pero siempre en la innovación que requiere el trabajo con los enfoques pedagógicos de esta Licenciatura. Tomando en cuenta lo anterior, se pone a su consideración las siguientes evidencias de aprendizaje, vinculadas al producto final, no obstante, se considera que la actividad evaluativa se lleva a cabo en distintos momentos durante el proceso, por lo que es necesario que el docente responsable del curso defina la evaluación más conveniente.

Al implementarse el curso, se podrán realizar las adecuaciones que permitan atender las necesidades y características de los estudiantes normalistas y las del contexto socioeducativo en el cual se desarrollan las prácticas de aprendizaje.

<b>Evidencia de aprendizaje</b>	<b>Indicadores</b>
<p><b>Escrito descriptivo-explicativo con base en una observación empírica de sus movimientos corporales y la influencia del contexto donde se desarrolla.</b></p>	<p>El texto descriptivo-explicativo, debe cumplir con la función de informar sobre la actividad de observación y reflexión que se llevó a cabo, sobre los movimientos corporales y la influencia que tiene en ellos, el contexto.</p> <p>Debe ser un texto que facilite en el lector una representación cercana al evento real, por lo que su escritura debe ser detallada, profusa y utilizar adjetivos. Debe propiciar la lectura de imágenes vinculadas con los sentidos y el contexto que rodea el evento de observación.</p> <p>Puede incluir comparaciones que permitan al lector tener mayores elementos para comprender el evento descrito.</p> <p>En su estructura se pueden encontrar, definiciones, ejemplificaciones, interpretaciones y citas textuales, vinculadas al trabajo de observación sobre los movimientos corporales y la influencia del contexto.</p>
<p><b>Escrito explicativo-sistémico sobre el movimiento corporal en las diferentes edades.</b></p>	<p>El texto explicativo-sistémico, debe cumplir con la función de informar sobre el conocimiento que se tiene en torno al movimiento corporal en las diferentes edades de los niños, adolescentes y jóvenes de educación obligatoria, a partir de que los estudiantes entienden su propia corporeidad, como sujetos que se configuran como seres sistémicos e integrales.</p> <p>En este sentido, el texto deberá vincular los aprendizajes construidos en esta unidad con la idea central de que las personas al actuar en el plano motriz reflejan sus emociones, lo que lleva a entender las diversas formas en que las acciones y experiencias propias siempre están implicadas por el razonamiento continuo, la anticipación y la decisión y la toma de decisiones sobre el contexto que vive.</p> <p>El texto puede incluir comparaciones que permitan al lector tener mayores elementos para comprender las ideas</p>



	<p>expuestas. Deberá contar con definiciones, ejemplificaciones, interpretaciones y citas de referencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar su capacidad para transferir los conocimientos teóricos a situaciones prácticas.</li> <li>• Identificar diversas perspectivas, fuentes, dimensiones, etc., para analizar la realidad.</li> <li>• Encontrar diferencias entre los datos aislados y las generalizaciones inferidas.</li> </ul>
<p><b>Esbozo de propuesta de intervención</b></p>	<p>El documento que elaborarán los estudiantes, deberá ser una propuesta de intervención para la clase de Educación Física que consideren las bases estructurales del movimiento desde un enfoque sistémico–integral, con los elementos que los docentes del semestre decidan como los convenientes para los estudiantes normalistas de segundo semestre.</p>

## **Unidad de aprendizaje I. Mi cuerpo en la acción motriz**

### **Competencias a las que contribuye la unidad de aprendizaje**

#### **Competencias genéricas**

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

#### **Competencias profesionales**

*Utiliza conocimientos de la Educación Física para hacer transposiciones de acuerdo a las características y contextos de los estudiantes a fin de abordar los contenidos curriculares de los planes y programas de estudio vigentes.*

- Identifica marcos teóricos y epistemológicos de la Educación Física, sus avances y enfoques didácticos para la enseñanza y el aprendizaje.
- Caracteriza a la población estudiantil con la que va a trabajar para hacer transposiciones didácticas congruentes con los contextos y los planes y programas.
- Articula el conocimiento de la Educación Física para conformar marcos explicativos y de calidad.
- Utiliza los elementos teórico-metodológicos de la investigación como parte de su formación permanente de la Educación Física.

#### **Competencias específicas**

*Utiliza conocimientos derivados del estudio del cuerpo y sus referentes en Educación Física desde la competencia motriz, la corporeidad, la motricidad, la creatividad, para hacer intervenciones pedagógicas con base en el desarrollo sistemático de niñas, niños y adolescentes.*

- Identifica las características fisiológicas, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo humano en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Comprende el movimiento y el cuerpo desde explicaciones de las ciencias sociales.
- Emplea los elementos que integran la corporeidad y la motricidad para orientar su praxis pedagógica.

### **Propósito de la unidad de aprendizaje**

Construye modelos explicativos de su propio movimiento corporal a partir de lo que la ciencia ha aportado en términos de estructuras corporales.

### **Contenidos**

- Posición anatómica y posiciones básicas de movimientos:
  - Planos anatómicos
  - Ejes de movimiento
  - Términos de movimiento
- Bases anatómicas del movimiento como componente de la motricidad:
  - Osteología
  - Artrología
  - Miología
- Bases anatómicas del movimiento y su relación con los aspectos básicos de la motricidad:
  - Lateralidad
  - Tonicidad
  - Equilibrio

### **Actividades de aprendizaje**

A continuación, se presentan algunas sugerencias de actividades para desarrollar las competencias dando continuidad al trabajo de la primera unidad, no obstante, cada docente está en la libertad de modificar, sustituir o adaptarlas de acuerdo a las necesidades y contexto de su grupo.

Con la intención de recuperar los aprendizajes previos de los estudiantes y apropiarse de los nuevos conocimientos, se sugiere que el docente realice cuestionamientos a los estudiantes respecto a los movimientos que realiza de manera cotidiana con su cuerpo y a partir de sus opiniones y utilizando el POE (proposiciones, observaciones y explicaciones) que tengan una fundamentación científica, se busca iniciar en el tratamiento de los contenidos de la unidad, por tanto, se propone responder las siguientes interrogantes:

- ¿Cómo explicas los movimientos de tu cuerpo implicados en las actividades físicas que realizas?
- ¿Qué elementos musculares intervienen en esta acción?
- ¿Qué elementos teóricos fundamentan para dar una explicación científica?
- ¿Qué ejemplos sencillos puedes explicar de manera científica con el uso de la tecnología de la información y comunicación?
- ¿Cuáles son las referencias bibliográficas, fuentes digitales, revistas científicas, blogs, sitios web, wikis, etc., y medios impresos que utilizas para hacer la explicación científica a tu propuesta?

## Sugerencias de evaluación

Evidencias	Criterios de evaluación
<p><b>Escrito descriptivo-explicativo a partir de su experiencia personal.</b></p>	<p><b>Conocimientos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explica los elementos que intervienen en el movimiento de los músculos.</li> <li>• Utiliza fundamentación científica en sus explicaciones.</li> <li>• Emplea fuentes suficientes para explicar cómo se realiza el movimiento del cuerpo.</li> </ul> <p><b>Habilidades:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maneja de manera integral las tecnologías de la información y comunicación al explicar científicamente el movimiento de su cuerpo.</li> <li>• Aplica el sistema APA, sexta edición 2018, en su escrito.</li> <li>• Expresa sus ideas claramente de forma oral y escrita.</li> </ul> <p><b>Actitudes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeto y valora la diversidad en el aula.</li> <li>• Muestra disposición al trabajo colaborativo.</li> <li>• Resuelve problemáticas utilizando el pensamiento crítico.</li> <li>• Promueve convivencia intercultural.</li> </ul>

## Bibliografía básica

A continuación, se presenta un conjunto de textos, de los cuales el profesorado podrá elegir aquellos que sean de mayor utilidad, o bien, a los cuales tenga acceso, pudiendo sustituirlos por textos más actuales.

**Castañer, M. y Oleger, C.** (2006). *Manifestaciones básicas de la motricidad*. Cataluña: Edicions i Publicacions de la Universitat de Lleida.

**Trigo, E.** (Coord.) (2000). *Fundamentos de la motricidad*. Madrid: Gymnos.

**Marieb, E.** (2008) *Anatomía y Fisiología Humana*. Madrid: Pearson.

**Wilmore, J. y Costill, D.** (s/f). *Fisiología del esfuerzo y del deporte*. Paidotribo. Disponible en <https://es.slideshare.net/jgonzalezborda/fisiologa-del-esfuerzo-y-del-deporte-5-edicin-willmore-y-costill>

## **Unidad de aprendizaje II. El cuerpo en la diversidad de movimiento**

### **Competencias a las que contribuye la Unidad de aprendizaje**

#### **Competencias genéricas**

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Colabora con diversos actores para generar proyectos innovadores de impacto social y educativo.
- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

#### **Competencias profesionales**

*Utiliza conocimientos de la Educación Física para hacer transposiciones de acuerdo a las características y contextos de los estudiantes a fin de abordar los contenidos curriculares de los planes y programas de estudio vigentes.*

- Identifica marcos teóricos y epistemológicos de la Educación Física, sus avances y enfoques didácticos para la enseñanza y el aprendizaje.
- Caracteriza a la población estudiantil con la que va a trabajar para hacer transposiciones didácticas congruentes con los contextos y los planes y programas.
- Articula el conocimiento de la Educación Física para conformar marcos explicativos y de calidad.
- Utiliza los elementos teórico-metodológicos de la investigación como parte de su formación permanente de la Educación Física.

### **Competencias específicas**

*Utiliza conocimientos derivados del estudio del cuerpo y sus referentes en Educación Física desde la competencia motriz, la corporeidad, la motricidad, la creatividad, para hacer intervenciones pedagógicas con base en el desarrollo sistemático de niñas, niños y adolescentes.*

- Identifica las características fisiológicas, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo humano en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Comprende el movimiento y el cuerpo desde explicaciones de las ciencias sociales.
- Emplea los elementos que integran la corporeidad y la motricidad para orientar su praxis pedagógica.

### **Propósito de la unidad de aprendizaje**

Analiza la diversidad del movimiento corporal en las diferentes edades de los estudiantes de educación obligatoria, a partir de la observación en contextos diferenciados, para reflexionar la importancia de una intervención didáctica pertinente al desarrollo sistemático de los estudiantes.

### **Contenidos**

- El desarrollo motor humano y la Educación Física:
  - Desarrollo físico/biológico base del movimiento.
  - Factores internos y externos que determinan el desarrollo motor humano.
- La diversidad del movimiento corporal en diferentes contextos y situaciones.
- La observación del movimiento corporal en diferentes edades, contextos y situaciones.
  - Estrategias de observación del movimiento como fuente de información determinando el nivel de análisis.
  - Sistematización de la información para el estudio y análisis de la motricidad.



### **Actividades de aprendizaje**

A continuación, se presentan algunas sugerencias de actividades para desarrollar las competencias, no obstante, cada docente está en la libertad de modificar, sustituir o adaptarlas de acuerdo a las necesidades y contexto de su grupo.

Considerando que el estudiante normalista ha identificado las implicaciones que tienen las estructuras en el movimiento corporal desde su propia experiencia, se requiere que inicie la caracterización del movimiento corporal en las diferentes edades de los estudiantes de educación obligatoria, a partir de las observaciones que realice en las jornadas de observación a las escuelas.

Una vez que distingue y diferencia los movimientos corporales en las distintas edades, es necesario llevar a cabo una observación en condiciones reales desde los particulares contextos y situaciones. Se propone realizar una filmación breve de los estudiantes de la educación obligatoria en la acción motriz, con la intención de generar aproximaciones sobre las implicaciones de las estructuras anatómicas del cuerpo en el movimiento corporal. Es importante incorporar lo aprendido en la primera unidad.

En caso de no tener la posibilidad de realizar lo anterior, la opción es observar los videos:

Video 1. La marcha y sus fases: <https://youtu.be/fQ9uRIJmaoU>

Video 2. Análisis biomecánico de la marcha:  
<https://youtu.be/X8TWCWRCSoc>

Video 3. Seated Hamstring Stretch | Muscle and Motion (Estiramiento de isquiotibiales sentado | Músculo y movimiento): <https://youtu.be/jT-8TUucaRg>

Se sugiere promover en los estudiantes normalistas la búsqueda de información en fuentes de consulta virtuales, pueden proponer otros videos con los mismos temas y fomentar la reflexión en torno a los recursos utilizados.

Considerar los siguientes aspectos de observación y análisis del video:

- Estructuras anatómicas del cuerpo que se hacen presentes.
- La diversidad de movimientos corporales.
- La interrelación de las estructuras anatómicas del cuerpo en el movimiento corporal.

Una vez que se realiza el análisis de las grabaciones que hicieron o los videos, el estudiante debe organizar e integrar los conocimientos y establecer las relaciones acerca de las estructuras anatómicas corporales y con ello construir un marco explicativo del movimiento corporal en las diferentes edades, contextos y situaciones que observa.

### Sugerencias de evaluación

Evidencias	Criterios de evaluación
<p><b>Escrito explicativo-diferenciado-sistémico sobre el movimiento corporal en las diferentes edades del estudiante de educación obligatoria.</b></p>	<p><b>Conocimientos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describe las características del movimiento corporal en las diferentes edades de los estudiantes</li> <li>• Describe los factores internos y externos que determinan el desarrollo motor humano</li> <li>• Explica el desarrollo físico/biológico base del movimiento corporal considerando las edades de la población infantil y adolescente.</li> </ul> <p><b>Habilidades:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Registra datos que le permiten esbozar propuestas de intervención educativa.</li> <li>• Maneja de manera integral las tecnologías de la información y comunicación al explicar científicamente el movimiento corporal en las diferentes edades.</li> <li>• Utiliza fuentes de información confiables para analizar la realidad y desarrollar explicaciones fundamentadas.</li> <li>• Aplica el sistema APA, sexta edición 2018, en su escrito.</li> <li>• Expresa sus ideas claramente de forma oral y escrita.</li> </ul> <p><b>Actitudes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeta y valora la diversidad en el aula.</li> <li>• Muestra disposición al trabajo colaborativo.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Resuelve problemáticas utilizando el pensamiento crítico.</li><li>• Promueve convivencia intercultural.</li></ul>
--	---

## Bibliografía básica

A continuación, se presenta un conjunto de textos, de los cuales el profesorado podrá elegir aquellos que sean de mayor utilidad, o bien, a los cuales tenga acceso, pudiendo sustituirlos por textos más actuales.

**Castañer, M. y Oleger, C.** (2006). *Manifestaciones básicas de la motricidad*. Cataluña: Edicions i Publicacions de la Universitat de Llieda.

**Trigo, E.** (Coord.) (2000). *Fundamentos de la motricidad*. Madrid: Gymnos.

**Marieb, E.** (2008). *Anatomía y Fisiología Humana*. Madrid: Pearson

**Wilmore, J. y Costill, D.** (s/f). *Fisiología del esfuerzo y del deporte*. Paidotribo. Disponible en <https://es.slideshare.net/jgonzalezborda/fisiologa-del-esfuerzo-y-del-deporte-5-edicin-willmore-y-costill>

## **Unidad de aprendizaje III. Intervención del Educador Físico en la Motricidad y Corporeidad a partir de las Estructuras Corporales**

### **Competencias a las que contribuye la Unidad de aprendizaje**

#### **Competencias genéricas**

- Soluciona problemas y toma decisiones utilizando su pensamiento crítico y creativo.
- Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.
- Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación de manera crítica.
- Aplica sus habilidades lingüísticas y comunicativas en diversos contextos.

#### **Competencias profesionales**

*Diseña los procesos de enseñanza y aprendizaje de acuerdo con el enfoque vigente de la Educación Física, considerando el contexto y las características de los estudiantes para lograr aprendizajes sustentables.*

- Propone situaciones de aprendizaje de la Educación Física, considerando su enfoque y los planes y programas vigentes; así como los diversos contextos de los estudiantes.

#### **Competencias específicas**

*Sustenta una práctica docente integral al contrastar enfoques y metodologías de la Educación Física, el juego y el deporte educativo en el marco de las tendencias actuales.*

- Utiliza diversas estrategias didácticas de la Educación Física para el aprendizaje en la atención de distintos contextos.

*Utiliza conocimientos derivados del estudio del cuerpo y sus referentes en Educación Física desde la competencia motriz, la corporeidad, la motricidad, la creatividad, para hacer intervenciones pedagógicas con base en el desarrollo sistemático de niñas, niños y adolescentes.*

- Identifica las características fisiológicas, motoras y funcionales de los sistemas del cuerpo humano en el desarrollo integral de los estudiantes.
- Comprende el movimiento y el cuerpo desde explicaciones de las ciencias sociales.
- Emplea los elementos que integran la corporeidad y la motricidad para orientar su praxis pedagógica.

### **Propósito de la unidad de aprendizaje**

Diseña esbozos de propuestas didácticas sobre las implicaciones de las estructuras del movimiento corporal a partir de situaciones problema, para favorecer el desarrollo de la motricidad, y con ello, el conocimiento y control de sí, para saberse y sentirse competente en los escolares de educación obligatoria.

### **Contenidos**

Estructuras corporales de mayor influencia en el movimiento corporal:

- Las estructuras corporales en las habilidades y destrezas motrices de los estudiantes.
- Implicaciones de las estructuras del movimiento corporal en la acción motriz.
- Propuestas didácticas centradas en el movimiento corporal.

### **Actividades de aprendizaje**

A continuación, se presentan algunas sugerencias de actividades para desarrollar las competencias dando continuidad al trabajo de la primera y la segunda unidad, no obstante, cada docente está en la libertad de modificar, sustituir o adaptarlas de acuerdo a las necesidades y contexto de su grupo.

Presentar a los estudiantes situaciones problema que permitan, en un primer momento, observar de qué manera intervienen las estructuras anatómicas del cuerpo en el movimiento corporal, recuperando los aprendizajes en las unidades anteriores.

Una vez que el estudiante en formación selecciona una situación problema, debe analizar y reflexionar sobre posibles alternativas de solución, haciendo uso de los aprendizajes adquiridos y la búsqueda y localización en fuentes de consulta virtuales, además de recibir el apoyo y orientación del asesor del curso.

Por último, se debe diseñar esbozos de propuestas didácticas que atiendan la situación problemática seleccionada, por tanto, es necesario considerar los aportes de los demás cursos del semestre para su construcción, presentar con el uso de las TIC en plenaria las propuestas didácticas y de ser posible hacerlo vivencial con la finalidad de recibir de sus pares y asesor, aportaciones de mejora.

### Sugerencias de evaluación

Evidencias	Criterios de evaluación
<p><b>Esbozo de propuestas didácticas.</b></p>	<p><b>Conocimientos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describe una situación problema real apegada al movimiento corporal y sus estructuras anatómicas implicadas.</li> <li>• Propone una alternativa de solución en una intervención docente, que considere las características y diferencias de edades, contextuales y situacionales.</li> </ul> <p><b>Habilidades:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseña esbozos de propuestas didácticas para la clase de Educación Física considerando las bases estructurales del movimiento corporal desde un enfoque sistémico-integral.</li> <li>• Considera las características y diferencias de edades, contextuales y situacionales en la alternativa de solución.</li> <li>• Utiliza fuentes de información confiables físicas y digitales para desarrollar explicaciones fundamentadas</li> <li>• Utiliza las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), Tecnologías del Aprendizaje y el Conocimiento (TAC), y Tecnologías del Empoderamiento y la Participación (TEP) como herramientas para la construcción de aprendizajes.</li> <li>• Incluye la citación en APA.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Expresa sus ideas claramente de forma oral y escrita.</li></ul> <p><b>Actitudes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Respeto y valora la diversidad en el aula.</li><li>• Muestra disposición al trabajo colaborativo.</li><li>• Resuelve problemáticas utilizando el pensamiento crítico.</li><li>• Promueve convivencia intercultural.</li></ul>
--	--

## Bibliografía básica

A continuación, se presenta un conjunto de textos, de los cuales el profesorado podrá elegir aquellos que sean de mayor utilidad, o bien, a los cuales tenga acceso, pudiendo sustituirlos por textos más actuales.

**Castañer, M. y Oleger, C.** (2006). Manifestaciones básicas de la motricidad. Cataluña: Edicions i Publicacions de la Universitat de Llieda.

**Trigo, E.** (Coord.) (2000). Fundamentos de la motricidad. Madrid: Gymnos.

**Marieb, E.** (2008). Anatomía y Fisiología Humana. Madrid: Pearson.

**Wilmore, J. y Costill, D.** (s/f). Fisiología del esfuerzo y del deporte. Paidotribo. Disponible en <https://es.slideshare.net/jgonzalezborda/fisiologa-del-esfuerzo-y-del-deporte-5-edicin-willmore-y-costill>

## **Perfil docente sugerido**

### **Perfil académico**

Licenciado en Educación Física con especialidad o maestría en Ciencias del Ejercicio, Maestro en Entrenamiento Deportivo o Doctor en Ciencias del Ejercicio, para planificar los procesos de enseñanza-aprendizaje, atendiendo al enfoque por competencias.

### **Nivel Académico**

Obligatorio nivel de licenciatura, preferentemente maestría o doctorado en el área Educación Física, Deporte o Medicina con especialidad en el área de la actividad física.

### **Deseable:**

Experiencia de investigación en el área.

### **Experiencia docente para:**

Gestión del aprendizaje con grupos de población diversa.

Planear y evaluar por competencias.

Utilizar las TIC en los procesos de enseñanza y aprendizaje.

### **Experiencia profesional**

En instituciones educativas de nivel superior, públicas o particulares, en ámbitos de docencia, investigación vinculada a la disciplina y desarrollo de proyectos académicos.



## Bibliografía del curso

**Castañer, M. y Oleger, C.** (2006). Manifestaciones básicas de la motricidad. Cataluña: Edicions i Publicacions de la Universitat de Llieda.

**Trigo, E.** (Coord.) (2000). Fundamentos de la motricidad. Madrid: Gymnos.

**Marieb, E.** (2008). Anatomía y Fisiología Humana. Madrid: Pearson

**Wilmore, J. y Costill, D.** (s/f). Fisiología del esfuerzo y del deporte. Paidotribo. Disponible en <https://es.slideshare.net/jgonzalezborda/fisiologia-del-esfuerzo-y-del-deporte-5-edicin-willmore-y-costill>

## Recursos de apoyo

Video: La marcha y sus fases. <https://youtu.be/fQ9uRIJmaoU>

Video: Análisis biomecánico de la marcha. <https://youtu.be/X8TWCWRCsoc>

Video: Seated Hamstring Stretch | Muscle and Motion (Estiramiento de isquiotibiales sentado | Músculo y movimiento). <https://youtu.be/jT-8TUucaRg>

Página Web: [www.muscleandmotion.com](http://www.muscleandmotion.com)

Página Web: <http://www.araucaria2000.cl/cuerpohumano/cuerpohumano.htm>