

DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
ENSEÑANZA DE LOS CONTENIDOS
DESDE EL CONSTRUCTIVISMO

ONOFRE R. CONTRERAS JORDÁN
LUIS M. GARCÍA LÓPEZ



Índice

<i>Prólogo</i>	11
<i>Introducción</i>	17
1. Bases teóricas para la intervención didáctica en la enseñanza de los contenidos	19
1.1. Introducción	19
1.2. Caso	20
1.3. El paradigma ecológico	21
1.3.1. <i>Ecología del aula de Educación Física, 24.</i>	
1.3.2. <i>Los sistemas de tareas observables en la clase de Educación Física, 26.</i>	
1.3.3. <i>La negociación de las tareas, 27.</i>	
1.3.4. <i>La clave del sistema: supervisión y responsabilización, 27.</i>	
1.4. El constructivismo como marco para afrontar los procesos de enseñanza-aprendizaje: peculiaridades epistemológicas de la perspectiva constructivista	28
1.4.1. <i>Las posiciones constructivistas. Del desarrollo formal de la mente a las corrientes culturalistas, 28.</i>	
1.4.2. <i>La estructura del contexto y la construcción de significados, 32.</i>	
1.5. Especial consideración del error como elemento de aprendizaje	33
1.5.1. <i>Del error en el aprendizaje al aprendizaje por el error, 33.</i>	
1.5.2. <i>El enfoque comprensivo como perspectiva diferente en el error de aprendizaje, 34.</i>	
Glosario	35
Actividades recomendadas	36

2. La programación docente como toma de decisiones del profesor.	
Diferentes modelos de programación	37
2.1. Introducción	37
2.2. Caso	38
2.3. El diseño curricular: generalidades y enfoques	38
2.4. La investigación sobre la planificación en Educación Física	39
2.5. El modelo tecnológico de diseño curricular	42
2.6. El enfoque práctico de la planificación del currículo	45
2.6.1. <i>La ausencia de modelo práctico de diseño curricular</i> , 46. 2.6.2. <i>Aprendizaje por proyectos en Educación Física</i> , 48.	
Glosario	52
Actividades recomendadas	52
3. La enseñanza deportiva escolar	53
3.1. Introducción	53
3.2. Caso	54
3.3. La Enseñanza Comprensiva del Deporte	54
3.3.1. <i>¿Qué enseñar del deporte?</i> , 55. 3.3.2. <i>Las tareas en la ECD</i> , 57. 3.3.3. <i>Estructura de la lección</i> , 60. 3.3.4. <i>Criterios de progresión: los principios de acción y la estructura del juego</i> , 62. 3.3.5. <i>Enfoques horizontales y verticales</i> , 63.	
3.4. Educación Deportiva (ED)	64
3.4.1. <i>Metas de la ED</i> , 64. 3.4.2. <i>Aspectos básicos de la ED</i> , 65. 3.4.3. <i>Diferencias con el deporte federativo y extraescolar</i> , 66. 3.4.4. <i>La competición en la ED</i> , 66. 3.4.5. <i>Fundamentos curriculares y didácticos de la ED</i> , 67. 3.4.6. <i>Evolución del modelo</i> , 68.	
Glosario	69
Actividades recomendadas	70
4. Percepción y movimiento	71
4.1. Introducción	71
4.2. Caso	72
4.3. Aproximación al concepto de percepción	73
4.4. Las habilidades perceptivas en el deporte	73
4.4.1. <i>Los programas de entrenamiento de las habilidades perceptivas</i> , 75.	
4.4.2. <i>Especial consideración de la variabilidad de la práctica</i> , 76.	

4.5. La percepción del propio cuerpo: la imagen corporal	77
4.5.1. Componentes de la imagen corporal, 77. 4.5.2. Alteración y trastornos de la imagen corporal, 78. 4.5.3. Imagen corporal y trastornos del comportamiento alimentario, 79. 4.5.4. La imagen corporal en la adolescencia, 79. 4.5.5. Factores que influyen en la imagen corporal negativa, 80. 4.5.6. Mecanismos de mantenimiento, 81.	
4.6. Imagen corporal y actividad físico-deportiva	81
4.6.1. Tratamiento de la imagen corporal en el programa de Educación Física, 82.	
Glosario	84
Actividades recomendadas	84
5. Expresión corporal	85
5.1. Introducción	85
5.2. Caso	86
5.3. El conglomerado de teorías de gran carga ideológica que fundamentan la expresión corporal	86
5.4. Contenidos que conforman la expresión corporal	88
5.4.1. El lenguaje corporal, 89. 5.4.2. Conducta táctil, 91. 5.4.3. Paralenguaje, 92.	
5.5. La danza en la escuela	92
5.5.1. La danza en la educación, 93. 5.5.2. La enseñanza de la danza, 93.	
Glosario	98
Actividades recomendadas	99
6. Educación Física para estilos de vida saludables	101
6.1. Introducción	101
6.2. Caso	103
6.3. Beneficios para la salud en la infancia por la práctica de actividad física ...	103
6.3.1. Actividad física y perfil de lípidos en sangre, 104. 6.3.2. Actividad física y diabetes, 104. 6.3.3. Obesidad y actividad física, 104. 6.3.4. Actividad física y salud ósea y muscular, 105. 6.3.5. Influencia de la actividad física en la salud mental, 106.	
6.4. Educación Física y recomendaciones de actividad física para la infancia	106
6.4.1. Nivel de actividad física durante las clases de Educación Física, 108.	
6.5. Actividad física en niños y adolescentes y estado de salud en la edad adulta	109

6.6. Modelos explicativos de actividad física enfocada a la salud	110
6.6.1. <i>Modelo 1. Modelo de salud y salud relacionada con la actividad física</i> , 110. 6.6.2. <i>Modelo 2. El planeamiento de los estilos de vida y la actividad física enfocada a la salud</i> , 111. 6.6.3. <i>Modelo 3. Modelo de promoción de actividad física en la juventud</i> , 112.	
6.7. Los contenidos del currículo de la Educación Física enfocada a la salud	113
6.7.1. <i>Actividades cardiovasculares</i> , 114. 6.7.2. <i>Actividades de fuerza y resistencia muscular</i> , 114. 6.7.3. <i>Actividades de flexibilidad</i> , 114. 6.7.4. <i>Actividades de coordinación</i> , 114. 6.7.5. <i>Composición corporal</i> , 115.	
6.8. La intervención didáctica	115
6.8.1. <i>Motivación</i> , 116. 6.8.2. <i>Estrategias para la clase de Educación Física</i> , 116.	
6.9. Adherencia	118
6.10. Enfoque ecológico: el diario	119
Glosario	120
Actividades recomendadas	121
7. <i>Desarrollo moral, educación en valores y Educación Física</i>	123
7.1. Introducción	123
7.2. Caso	124
7.3. Perspectivas teóricas y modelos de desarrollo moral	124
7.3.1. <i>Enfoques de Internalización</i> , 124. 7.3.2. <i>Enfoques de Desarrollo Estructural</i> , 125. 7.3.3. <i>Modelos de Acción Moral</i> , 125. 7.3.4. <i>Un modelo ecológico para educar en valores</i> , 126. 7.3.5. <i>Investigación y desarrollo moral en Educación Física y Deporte</i> , 127.	
7.4. La educación en valores	129
7.4.1. <i>El tratamiento de los valores en el aula</i> , 130. 7.4.2. <i>Técnicas para la educación en valores en Educación Física</i> , 131.	
7.5. Educación en valores y formación del profesorado	132
Glosario	136
Actividades recomendadas	136
8. <i>Educación Física para la igualdad de oportunidades</i>	139
8.1. Introducción	139
8.2. Caso	139
8.3. La perspectiva feminista de la Educación Física	140

8.3.1. <i>La perspectiva liberal</i> , 141.	8.3.2. <i>La perspectiva estructural</i> , 142.	
8.3.3. <i>Perspectiva postestructural</i> , 143.	8.3.4. <i>Algunos resultados de la investigación de relevancia didáctica</i> , 144.	
8.4. Identidad sexual y Educación Física		144
8.5. La Educación Física ante la diversidad cultural		145
8.5.1. <i>La multiculturalidad como conflicto</i> , 146.	8.5.2. <i>Principios de procedimiento para una intervención intercultural en Educación Física</i> , 148.	
8.5.3. <i>Especial consideración de la formación y desarrollo de los estereotipos racistas en el deporte</i> , 149.	8.5.4. <i>Tratamiento didáctico de la diversidad cultural</i> , 152.	
8.6. Educación Física y clase social		153
8.7. Estrategias de enseñanza y pedagogías inclusivas		154
8.7.1. <i>Enseñanza por pares</i> , 155.	8.7.2. <i>El estilo de aprendizaje autorregulado</i> , 155.	
8.7.3. <i>Enseñanza por descubrimiento</i> , 156.	8.7.4. <i>Especial consideración del aprendizaje cooperativo</i> , 157.	
8.8. Atención a la superdotación motriz en las clases de Educación Física		159
Glosario		160
Actividades recomendadas		161
9. <i>De la disciplina a la convivencia en la clase de Educación Física</i>		163
9.1. Introducción		163
9.2. Caso		164
9.3. La disciplina. Concepto, evolución y funciones		165
9.4. Conductas indisciplinadas		165
9.4.1. <i>Conductas antisociales</i> , 166.	9.4.2. <i>Violencia</i> , 167.	
9.4.3. <i>Conductas disruptivas</i> , 167.	9.4.4. <i>Absentismo escolar</i> , 168.	
9.4.5. <i>Otras conductas problemáticas</i> , 168.		
9.5. Identificación de las conductas que alteran la convivencia y el aprendizaje en los centros y en el aula		169
9.5.1. <i>Identificación de las conductas en las clases de Educación Física</i> , 170.		
9.6. Algunas corrientes disciplinarias en el contexto educativo y su aplicación en las clases de Educación Física		172
9.6.1. <i>Tipologías disciplinarias psicológicas. El modelo de modificación de conducta</i> , 172.	9.6.2. <i>Tipología disciplinaria preventiva</i> , 174.	
9.6.3. <i>El programa de responsabilidad personal y social (PRPS)</i> , 176.		
Glosario		179
Actividades recomendadas		180

10. <i>Materiales curriculares para la enseñanza de la Educación Física</i>	183
10.1. Introducción	183
10.2. Caso	183
10.3. Los materiales curriculares	184
10.3.1. <i>Los materiales curriculares como meros instrumentos de aprendizaje</i> , 185.	
10.3.2. <i>Los materiales curriculares como elementos de experimentación</i> , 185.	
10.3.3. <i>Los materiales curriculares desde un enfoque constructivista</i> , 186.	
10.4. Materiales curriculares e innovación en Educación Física	186
10.4.1. <i>Material informativo</i> , 187. 10.4.2. <i>Material de conexión teórico-práctica</i> , 188. 10.4.3. <i>Material para la construcción del conocimiento y la cooperación</i> , 189. 10.4.4. <i>Material para la formación crítica del alumnado</i> , 191. 10.4.5. <i>Los materiales curriculares alternativos y autoconstruidos</i> , 192. 10.4.6. <i>Las hojas de registro</i> , 193. 10.4.7. <i>La creación de ambientes de aprendizaje mediante materiales curriculares</i> , 194.	
Glosario	196
Actividades recomendadas	198
11. <i>La evaluación de los contenidos en Educación Física</i>	199
11.1. Introducción	199
11.2. Caso	200
11.3. Sentido de la evaluación en Educación Física	200
11.3.1. <i>Dificultades para el cambio en la orientación de la evaluación en Educación Física</i> , 201. 11.3.2. <i>Conceptos clave en la evaluación de los aprendizajes</i> , 204. 11.3.3. <i>Hacia una evaluación constructivista en Educación Física</i> , 207.	
11.4. Instrumentos y técnicas de evaluación	210
11.5. Aproximación a la utilización de los instrumentos de evaluación: el caso del contenido deportivo	214
11.5.1. <i>Evaluación del conocimiento declarativo</i> , 214. 11.5.2. <i>Evaluación del conocimiento procedimental</i> , 214. 11.5.3. <i>Evaluación del rendimiento de juego (toma de decisiones y ejecución en situación de juego real)</i> , 216. 11.5.4. <i>La evaluación de la técnica (ejecución motriz) en situación aislada</i> , 217.	
Glosario	218
Actividades recomendadas	219
<i>Bibliografía</i>	221