

Fóll.
373.512.147

2

6/2/88

AV

2

Ediciones *GOUDELIAS*

PROGRAMAS DE EDUCACION FISICA



CONTIENE:

Programa oficial - Objetivos - Agentes y actividades
Programas sintéticos
Duración y Distribución de horas de cátedra
Normas e Instrucciones para el dictado de la asignatura
Según Res. Min. 230/61 - 19/64 - 1901/81
Dto. 640/59 y Disp. 55/74



Visados por la

**DIRECCION NACIONAL DE EDUCACION FISICA,
DEPORTES Y RECREACION**

DEL

MINISTERIO DE EDUCACION Y JUSTICIA DE LA NACION

INDICE

Duración de las clases de Educación Física - Dto. 640/59	3
Aprobación del Programa de Educación Física - Res. 280/61	5
Informe de la Comisión Especial para la programación de los programas	6
Distribución horas de cátedra de Educ. Física - Res. 19/64	9
Número adicional de horas de cátedra - Res. 190/61	11
Instrucciones relacionadas con el dictado de la asignatura - Circ. 2/74 y Disp. 55/74	13
PROGRAMA de Educación Física para los establecimientos de	
Enseñanza Media - Resol. 280/61	15
Objeto del Programa	15
El programa oficial	15
El programa del establecimiento	16
Objetivos	19
Agentes y actividades de la ed. física escolar en la enseñanza media	24
La gimnasia	25
El atletismo	30
El deporte	31
La vida en la naturaleza	34
Las marchas	35
Las ascensiones, escaladas y travesías en la montaña	35
Los campamentos	38
La natación	39
Actividades y sesiones de enseñanza de educación física	39
Las competencias deportivas	43
Tests para el control de aptitud	44
Programas sintéticos	53
Atletismo	53
Basketbol	57
Danzas folklóricas argentinas	64
Fútbol	72
Handbol	75
Hockey sobre césped	77
Natación	78
Pelota al Cesto	79
Rugby	81
Softbol	82
Voleibol	84
Normas (e instrucciones) para la administración de los contenidos programáticos de Ed. Física - Anexo Disp. 55/74	87

**DURACION DE LAS CLASES DE EDUCACION FISICA
EN LA ENSEÑANZA MEDIA
Dto. 640/59**

VISTO: Lo aconsejado por el Ministro de Educación y Justicia; y
CONSIDERANDO:

Que uno de los inconvenientes más graves que afectan a la Educación Física escolar es la insuficiencia del tiempo dedicado a la asignatura en los establecimientos de enseñanza media;

Que las exigencias didácticas de la especialidad y su correlativa eficiencia biológica requieren una duración mínima de sesenta minutos de clases con una continuidad, de por lo menos dos clases semanales;

Que el Art. 232 del Reglamento General para los establecimientos de Enseñanza Secundaria, Normal y Especial, así como la Resol. Min. del 16/5/42 establecen el dictado de dos clases semanales con una duración mínima de sesenta minutos;

Que esa duración perdió vigencia de hecho desde el año 1952 con la supresión del día sábado como día escolar hábil al crear problemas de incompatibilidad horaria a los profesores de educación física, quienes se hubieran visto obligados a reducir el número de sus horas de cátedra generando una diferencia injusta frente a los demás docentes;

Que las clases de Educación Física se imparten actualmente, en la generalidad de los casos, con una duración de cuarenta o cuarenta y cinco minutos, tiempo que resulta insuficiente para lograr la intensidad y variedad de contenido que demanda la naturaleza de la enseñanza de esta disciplina.

Que se torna necesario modificar los planes de estudio de todos los ciclos de la enseñanza media en cuanto a la impartición de la Educación Física:

Por ello,

El presidente de la Nación Argentina
DECRETA:

Art. 1ro.: En todos los ciclos y cursos diurnos de la enseñanza media se dictarán tres horas escolares semanales de Educación Física, agrupadas en dos sesiones de sesenta minutos cada una excepto en el Ciclo del Magisterio de las Escuelas Normales Nacionales y de Maestros Normales Regionales que continuarán dictando las tres horas de clases en sendas secciones semanales, como hasta el presente.

Art. 2do.: El Plan de Educación Física determinado en el art. anterior se aplicará a partir del curso escolar de 1959 en todos los cursos de los Ciclos Básicos de los Colegios Nacionales, Liceos Nacionales de Señoritas, Escuelas Normales, Escuelas Nacionales de Comercio, Escuelas Industriales y en las Escuelas Profesionales de Mujeres y a partir del curso escolar de 1960 en todos los cursos del Ciclo Superior de los mismos establecimientos, con excepción del Ciclo del Magisterio de las Escuelas Normales Nacionales y Escuelas Normales Regionales.

Art. 3ro.: Autorízase al Ministerio de Educación y Justicia para reglamentar el presente Decreto, respecto de todos los casos especiales emergentes de su aplicación.

Art. 4to.: La aplicación del plan aprobado por el presente decreto se realizará con cargo a los créditos autorizados por el Presupuesto en vigor, previa su oportuna distribución.

Art. 5to.: El presente Decreto será refrendado por los señores Ministros Secretarios en los Departamentos de Educación y Justicia, y de Economía, y firmado por el señor Secretario de Estado de Hacienda.

Art. 6to.: De forma.

Ministerio de Educación y Justicia
Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación

Resol. 230/61: Aprobación del programa de Educación Física

VISTO: El proyecto de programa de educación física preparado por la Comisión Especial designada por Resoluciones Ministeriales Nros. 4.798 y 5.162/60; atento a que el mismo responde a las instrucciones que a tal efecto se impartieron a la citada Comisión; y a lo aconsejado por la Dirección General de Educación Física:

El Ministro de Educación y Justicia

RESUELVE:

1º — Apruébese el programa de educación física para los establecimientos de enseñanza media dependientes de esta Secretaría de Estado, elaborado por la Comisión Especial designada por Resoluciones Ministeriales Nros. 4.798 y 5.162/60 y elevado por la Dirección General de Educación Física, el cual corre adjunto a la presente Resolución.

2º — El programa de referencia se implantará progresivamente desde el año lectivo de 1961 según las previsiones que sobre el particular se hacen en su texto.

3º — Por el Servicio de Planeamiento Integral de la Educación se efectuarán los estudios y evaluaciones pertinentes y preponderarán los reajustes necesarios tendientes a adecuar el presente programa a las nuevas estructuras de la escuela media.

4º — Imprimir hasta siete mil (7.000) ejemplares del programa aprobado precedentemente.

5º — Comuníquese, anótese, dése al Boletín de Comunicaciones del Ministerio y archívese.

LUIS R. MAC'KAY
Ministro de Educación y Justicia

El texto completo del Programa se encuentra a partir de la pág. 15

Informe de la Comisión Especial para la preparación de los programas de Educación Física

Señor Director General de Educación Física

Profesor D. RAMÓN C. MUROS

S/D.

Nos es grato dirigirnos al Señor Director General, y por su intermedio a S. E. el Señor Ministro de Educación y Justicia, elevando a su alta consideración un programa de educación física para la enseñanza media, según se nos encomendara por Resoluciones Ministeriales Nros. 4.798/60 y 5.162/60 recaídas en los expedientes Nros. 83.335/60 y 106.748/60, respectivamente.

En relación con el programa proyectado, la Comisión estima oportuno señalar:

1. — La gran diversidad de situaciones en que se encuentran los establecimientos de enseñanza, y la disparidad de sus recursos y medios —factores determinantes para el cumplimiento de ciertas actividades— obliga a presentar un programa de naturaleza diferente a los de las demás disciplinas escolares. Así es como señala mínimos a realizar y no fija taxativamente todo lo que debe enseñarse, sino condicionándolos siempre a las posibilidades del establecimiento, pero al mismo tiempo, expone una amplia gama de actividades y agentes de la educación física juvenil indicados para alcanzar los objetivos que en este trabajo se determinan.

2. — Algunas de las previsiones y normas que contiene este programa encuentran un obstáculo —a veces insalvable— para su aplicación frente a la actual estructura y el ordenamiento administrativo y pedagógico de la escuela media. Actividades como los entrenamientos deportivos y gimnásticos, los campamentos de verano e invierno, las marchas largas, los torneos y competencias deportivas internas y externas, etc., deben formar parte de un programa completo de educación física, dejando ya de ser actividades "complementarias" o "aconsejables".

Pero su realización no es posible dentro de las "horas" de clase para las que cada profesor está designado y rentado, a menos que éste deje de cumplir el horario regular de clases.

Con todo la Comisión ha entendido que todas esas actividades deben integrar el programa obligatoriamente, aunque ello signifique para las autoridades competentes la urgencia de un estudio y reforma del sistema actual para adecuarlo a las necesidades impostergables de la enseñanza, no sólo de esta especialidad, sino también de todas las disciplinas educativas.

En principio pueden formularse las siguientes sugerencias para obviar las dificultades señaladas: la asignación de un tiempo considerablemente mayor a la educación física del alumno, tendiente a equilibrar el que se destina a la formación intelectual; y la transformación del actual régimen de designación del profesorado en otro por el que se determine la cantidad de tiempo que el docente deberá atender al alumno en actividades académicas, actividades para-académicas, complementarias de la cátedra, trabajos prácticos o de aplicación, estudio guiado, etc.

La carencia general de locales e instalaciones adecuadas para las actividades de educación física y del material didáctico necesario, sumió en continua preocupación y duda a los miembros de la Comisión toda vez que, al incorporar una norma o previsión en el programa, se consideraba su real efectividad. La escasez de recursos económicos, muchas veces pareja con la imprevisión de quienes en cada caso intervinieron en la instalación de la casi totalidad de los establecimientos educacionales, ha hecho que todo un aspecto de la educación, cual es el de la educación física, quedara condicionado a la posibilidad de encontrar comprensión y apoyo en las instituciones deportivas del país que, a raíz de ello, vienen cediendo sus instalaciones, con lo que se ha atenuado en parte la indigencia de las escuelas a este respecto. No obstante ello, dichas instalaciones resultan pocas veces apropiadas y en otras, contraproducentes por la carencia del clima educativo indispensable en todo momento.

Se impone, sobre el particular, la necesidad de adoptar una política que conduzca a que cada establecimiento tenga asegurados los locales, instalaciones y materiales que necesita para su población escolar, so pena de que, por la causa apuntada, la educación física que imparten muchos institutos de enseñanza media siga siendo incompleta. La Comisión estima que esta necesidad compromete tanto a la Superintendencia cuanto al personal de los establecimientos y a la comunidad que se beneficia con la eficiencia de la labor escolar, mereciendo señalarse las realizaciones de varias poblaciones del Interior del país, que mediante la concurrencia del esfuerzo oficial y del privado, han resuelto estas necesidades fundando "centros de educación física" de los que se sirven todos los establecimientos de la ciudad.

3. — En los establecimientos de enseñanza media se realiza —y deberá seguir realizándose aún por un tiempo que no puede preverse— una educación física de nivel inferior al que les corresponde, como consecuencia de una insuficiente educación física del niño en la escuela primaria. Así es como la escuela media debe proponerse objetivos que debieron ser alcanzados en la infancia del educando; y al hacerle no puede abrigar la esperanza de lograrlos plenamente ya que muchas de las aptitudes, cualidades, experiencias, vivencias, etc., que no se desarrollaron en los primeros años, difícilmente podrán alcanzarse en el futuro y de lograrlo, lo será en forma menguada.

4. — Muchas de las previsiones que se hacen en este programa suponen la existencia real de un Departamento de Educación Física en cada establecimiento, constituido en verdadero equipo de trabajo, con la jefatura de un profesor en ejercicio de funciones de fiscalización, asesoramiento y conducción del grupo de colegas de la especialidad, sin perjuicio de su debida subordinación a la autoridad escolar. Una de las virtudes profesionales de ese profesor deberá ser, sin duda, su capacidad para suscitar y

orientar la discusión y estudio de los problemas técnico-pedagógicos en el seno del Departamento, siendo necesario para ello, la provisión efectiva en cada establecimiento del cargo rentado de Jefe del Departamento de Educación Física, como lo establece el Estatuto del Docente.

5.— Por cuerda separada se eleva una serie de programas analíticos para la enseñanza y empleo de los distintos agentes de la educación física, ricos en indicaciones metodológicas, que no pueden incorporarse a este programa dado su carácter sintético, y que esta Comisión aconseja sean publicados como material técnico complementario del programa oficial.

Corresponde expresar que para la elaboración de este trabajo, la Comisión promovió una consulta —que se concretó en la Circular N° 9/960 de la Dirección General de Educación Física— dirigida a los Rectores y Directores de todos los establecimientos oficiales de enseñanza media y por su intermedio a los respectivos profesores de educación física, solici-tándoles la presentación de las sugerencias que todos ellos estimaran valiosas para la elaboración de un programa oficial. De este modo se recibieron veintidós iniciativas que la Comisión consideró en momento oportuno.

Asimismo, acerca de aspectos parciales del trabajo, se solicitó el asesoramiento de numerosos profesores de reconocida idoneidad. Con este motivo la Comisión expresa su reconocimiento a la valiosa colaboración prestada por los profesores siguientes: Beatriz Marty, Martha Vassallo, Angélica Rolandelli, Pedro J. Harán y Alberto Dallo, por su contribución en materia de gimnasia; José C. Costanzo, Luis Mentini y Helga Walmer del Hoize, en basquetbol; Ernesto Costa, Alberto Vera, Luis Rizzi y Leandro Madueño, en softball; José S. Korzenón, en fútbol; Jonatán Pardías, en atletismo; Raúl L. Segura, Marta Barbaccia de Sanz, Juan S. Fiore y Francisco Nemeth, en natación; Néilda Palmaz, Susana Villá y Eida Supítal, en pelota al cesto; Juan C. Outeira y Oscar Saccheri, en rugby; Fanny J. E. de Kedingar y Ana Villar, en hockey; César Gallardo, Juan L. Botta y Susana Villá, en voleibol; Luis J. Médici, en danzas folklóricas; Eugenia Peretto de Placenza, Esther Lucía Ballester e Hilda Samar, sobre preparación profesional en educación física en las escuelas normales.

Los programas parciales aportados por los distintos grupos de profesores citados, sufrieron modificaciones de forma que la Comisión estimó necesarias para asegurar la mayor uniformidad posible en su presentación.

Dejando a su consideración la labor realizada, hacemos presente nuestro agradecimiento por el honor que se nos dispensara al encomendarnos tan delicada misión y nos reiteramos de Usted con la mayor consideración y respeto.

Angela Cristóbal
Ascencio H. Altuna
Humberto R. Gilabert

Rubén F. Pérez Madrid
Ana E. Lamas de Corradi
Miguel Ángel De Vita

DISTRIBUCION HORAS DE CATEDRA de EDUCACION FISICA Resol. Min. 19/64

VISTO: la necesidad de determinar en forma fehaciente la distribución de horas de cátedra para el dictado de la Educación Física en los establecimientos de enseñanza media, secundaria, normal, técnica y artística del país para poder, asimismo, conocer las vacantes a los efectos del debido cumplimiento de las normas de provisión de horas previstas en la Ley 14.473 —Estatuto del Docente—;

CONSIDERANDO:

Que los establecimientos de enseñanza media de población mixta requieran para el cumplimiento del plan de estudios, en lo que a Educación Física se refiere y para atender las normas previstas por los art. 244 y 245 del Reglamento General para los establecimientos de Enseñanza Secundaria, Normal y Especial y los artículos afines del Reglamento General para los establecimientos de Educación Técnica, normas que se refieren al dictado por sexos separados como lo exigen los agentes de esta especialidad, el cargo de profesores del sexo respectivo y una distribución de la población escolar distinta del esquema corriente de cursos, como así también, un número de horas adicional al contemplado en el plan de estudios;

Que asimismo y en virtud de las dificultades que se suscitan en materia de disponibilidad de lugares de trabajo, se hace necesario permitir a las autoridades de los establecimientos de población escolar de un solo sexo, a modificar igualmente los cursos asignados a sus profesores respectivos sin alterar los totales de horas en que hubieren sido designados;

Por ello y de acuerdo con lo aconsejado por la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación

EL MINISTRO DE EDUCACION Y JUSTICIA RESUELVE:

1.º- Autorizar a la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación para proceder a determinar la distribución de las horas de cátedra de Educación Física en todos y cada uno de los establecimientos de enseñanza secundaria, normal, técnica y artística del país, de acuerdo con los elementos de juicio siguientes:

- Situación de revista del personal docente titular de Educación Física, conforme a los actos administrativos dictados por el Poder Ejecutivo de la Nación o por este Departamento de Estado, cuando así hubiere correspondido;
- Población Escolar;
- Número de horas de cátedra que cada establecimiento dispone para el dictado de Educación Física.

2.º- Cuando la distribución de horas de cátedra de Educación Física debiera ser rectificadas —por supresión o creación de divisiones, o por alteración del número de horas de cátedra destinado a la especialidad— el establecimiento afectado por

la nueva situación procederá a proponer de inmediato la modificación correspondiente a la repartición precedentemente mencionada.

3.- Los establecimientos de enseñanza, en todos los trámites referidos al personal docente de Educación Física (licencias, permutas, traslados, propuestas, etc.) deberán atenerse a la real situación de revista de los profesores titulares, o a las cátedras de la especialidad, según correspondiere.

4.- La distribución de horas de cátedra de Educación Física vinculada estrechamente a la situación de revista del personal de la especialidad, no obsta para que anualmente las autoridades de los establecimientos dispongan —teniendo en cuenta la población escolar, los turnos en que funciona el establecimiento o las disponibilidades por la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación, ello sin alterar el número de horas de cátedra que correspondiere a cada profesor conforme a su designación;

Dicha organización anual de grupos y cursos para el dictado de la Educación Física, se comunicará —exclusivamente— al elevar al comienzo de cada año lectivo el horario de clases de Educación Física a la Dirección Nacional mencionada.

5.- A los efectos previstos en el artículo anterior, establecen las normas siguientes:

- a) En los establecimientos cuya población escolar es de un solo sexo puede modificarse —anualmente— el curso asignado a los profesores, siempre que ello sea en beneficio de la labor educativa y no perjudique al docente afectado por dicha medida.
- b) Los grupos estarán constituidos por quince (15) alumnos como mínimo y cuarenta y cinco (45) como máximo en los establecimientos de población escolar mixta, debiendo tenerse en cuenta que el número ideal de alumnos por grupo es de treinta (30).
- c) En los establecimientos cuya población escolar es mixta, la agrupación de alumnos para las clases de Educación Física se realizará —en principio— reuniendo a alumnos de cursos paralelos;
- d) En los establecimientos con secciones anexas, los alumnos de cursos paralelos podrán ser agrupados, siempre que las clases de Educación Física se dictaran dentro del mismo turno;
- e) Cuando los alumnos de 4to. y 5to. años del Curso de Magisterio no alcancen el número mínimo de quince, podrán ser agrupados con los alumnos de 3er. año para la clase de Formación Física una vez a la semana, recibiendo las clases teóricas y teórico-práctica, con las alumnas de sus cursos respectivos y viceversa;

f) En el supuesto de que los cursos referidos del Curso de Magisterio agrupados reunieran un número superior al mínimo indicado en el punto b), pero que en forma separada no lo alcanzaran, podrán ser reunidos con el fin de recibir las tres horas de clases que le correspondieren por plan de estudios;

g) En los establecimientos de población escolar reducida que al agrupar cursos paralelos no reunieren el número ideal de treinta (30) alumnos o un número aproximado, quedarán facultados a agrupar alumnos de diferentes cursos, procurando que los alumnos del primer año de estudios reciban sus clases en forma separada y que los de otros años de estudio sean reunidos con los que concurren a los inmediatos inferior o superior. Esta facultad quedará sujeta a la aprobación de la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación.

6to.: Comuníquese, anótese, dése al Boletín de Comunicaciones del Ministerio y pase a la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación, a sus efectos.

Resol. Min. 190/81: Número adicional de horas de cátedra

Buenos Aires, 19 de mayo de 1981

VISTO que el Dto. Nro. 640/59 establece que en todos los ciclos y cursos diurnos se dictarán tres horas escolares semanales de Educación Física, agrupadas en dos sesiones de 60 minutos cada una, y

CONSIDERANDO:

Que los art. 244 y 245 del Reglamento General para los Establecimientos de Enseñanza Media determinan que para la enseñanza de la Educación Física los alumnos serán agrupados por sexo y que las clases de dicha asignatura deberán ser impartidas por profesores del mismo sexo que los alumnos.

Que los establecimientos de matrícula mixta requirieron la asignación de un número adicional de horas cátedra, a fin de respetar las anteriores prescripciones reglamentarias.

Que hasta la fecha, la situación de referencia encontró solución a través de lo establecido en la Resol. 19/64.

Que durante el año próximo pasado y a raíz de necesidades presupuestarias derivadas de la aplicación de programas especiales, se procedió a reajustar el número de horas de cátedra en función exclusiva del número de divisiones con que contaban los establecimientos.

Que ello ha ocasionado dificultades ~~manejables~~ para el normal desarrollo de las actividades de Educación Física en los establecimientos con matrícula mixta.

Que resulta necesario adoptar los recaudos para que las mismas se realicen en la forma normal requerida para el logro de sus objetivos en el proceso general de la educación.

Por ello de acuerdo a lo aconsejado por la Superintendencia de Educación y lo dispuesto en el Decreto Nro. 2745/80,

**EL MINISTRO DE CULTURA Y EDUCACION
RESULEVE:**

1ro.- En los establecimientos de Nivel Medio con turnos diurnos y con población escolar mixta, se agregará un número adicional de horas cátedra para el dictado de la asignatura Educación Física por sobre el estrictamente contemplado en el plan de estudios vigente cuando así lo requiera la necesidad de cumplir con las normas establecidas en los art. 244 y 245 del Reglamento General para los Establecimientos de Enseñanza Media.

2do.- En los establecimientos de referencia los grupos formados para las clases de Educación Física deberán estar constituidos por un mínimo de veinte alumnos y un máximo de cuarenta y cinco alumnos.

3ro.- Autorizar a la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación a solicitar la creación de horas cuando resultare necesario para el cumplimiento de la presente resolución.

4to.- Regístrese, comuníquese y archívese.

**MINISTERIO DE CULTURA Y EDUCACION
Dirección Nacional de Educación Física
Deportes y Recreación**

**Circular Nro. 2/74: Instrucciones relacionadas con el dictado de la asignatura
Educación Física**

Buenos Aires, 22 de febrero de 1974

Señor (a) Rector (a)/ Director (a):

Cumplo en dirigirme a Ud. con el objeto de hacerle llegar copia de la Disp. Nro. 55 del corriente, que aprueba las NORMAS PARA LA ADMINISTRACION DE LOS CONTENIDOS PROGRAMATICOS DE EDUCACION FISICA y las correspondientes instrucciones para su implantación a partir del presente curso escolar.

La aplicación de esta modalidad de trabajo, no significa dejar sin efecto los lineamientos contenidos en el PROGRAMA DE EDUCACION FISICA aprobado por Res. Min. Nro. 230/61, que mantiene su total vigencia con la única variante de la modificación de los porcentajes establecidos para gimnasia y otros agentes. Constituye una forma diferente de organizar el desarrollo de los contenidos programáticos en que la característica fundamental está dada por el hecho de que el alumno elige, dentro de las posibilidades de su establecimiento, la actividad de su preferencia.

Se estima que la medida que motiva la presente, con la característica señalada precedentemente, permitirá:

- a) satisfacer el espíritu lúdico y competitivo de la población escolarizada;
- b) formar planteles de base para la constitución de los equipos representativos del establecimiento que participen en Competencias Intercolegiales u organizadas por clubes, federaciones, etc;
- c) el conocimiento y práctica suficiente de una actividad, procurando se transforme en hábito perdurable que le permita proyectarse fuera del ámbito escolar.

A fin de asegurar la concreción efectiva e inmediata de lo determinado en la citada Disposición, se considera conveniente realizar reuniones del Departamento de Educación Física en las fechas previstas en la Circ. Nro. 1/74 de la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación y con la lógica adaptación del temario con su presidencia y la presencia del o de los Señores Vicedirectores y del Jefe de Preceptores, a fin de:

- a) analizar la documentación que se acompaña y el sentido de la medida;
- b) decidir el proceso que se adoptará para la cumplimentación de lo dispuesto por esta Dirección Nacional y oportunidad y forma en que se comunicará a los alumnos y a sus padres;
- c) fijar el plazo en que el Departamento de Educación Física presentará a la Dirección del Establecimiento, el proyecto de tareas a cumplir en el período previo a la iniciación de las clases prácticas, que indefectiblemente deberá producirse antes del día 1ro. de abril del corriente año.

Finalmente, corresponde señalar que el Departamento de Educación Física al planifi-

car la asignatura deberá analizar la situación de trabajo, determinar y proyectar las actividades formulando programas sintéticos y analíticos. Asimismo, habrá de establecer las pautas que aseguren una permanente evaluación del desarrollo y logros de dichos programas, elemento de juicio que servirá para orientar la información que oportunamente requerirá esta Dirección Nacional.

Al rogarte quiera servirse notificar del contenido de la presente a los señores Vicedirectores - Vicerrectores y al personal docente de Educación Física aprovecho la oportunidad para reiterarle las expresiones de mi mayor consideración.

DISPOSICION Nro. 55/74

Buenos Aires, 22 de febrero de 1974.

VISTO que por Resolución Ministerial Nro. 230 del 21 de marzo de 1961 se aprobó el programa de Educación Física para los establecimientos de enseñanza media dependientes del entonces Ministerio de Educación y Justicia, cuya vigencia se mantiene a la fecha; y

CONSIDERANDO:

Que al proyectar el mencionado documento, se tuvo en cuenta la realidad educativa del momento, derivada de las necesidades e intereses del medio, lo que determinó la selección de actividades y el criterio para su aplicación.

Que no obstante mantenerse, en gran medida, las condiciones que caracterizaron el espíritu y sentido de aquella programación, se torna necesario efectuar un reajuste en la orientación del dictado de la asignatura Educación Física, dando énfasis a la enseñanza, práctica y competencia de los deportes.

Que atento a lo señalado precedentemente, se considera oportuna la aplicación, en todos los establecimientos de enseñanza de nivel medio del país, de una diferente forma de organizar el desarrollo de los contenidos programáticos en que la característica fundamental esté dada por el hecho de que el alumno pueda elegir, condicionado a las posibilidades de su establecimiento, la actividad de su preferencia.

Que esta modalidad en la labor docente no implica dejar sin efecto el programa aprobado por la Resol. Min. Nro. 230/961, sino que constituye una adecuación de su contenido para responder a la realidad educativa que exige el momento, pero siempre respetando las características y posibilidades particulares del medio al que sirve cada establecimiento.

Que es medida de buen gobierno posibilitar los necesarios reajustes a la labor educativa adecuándola a las exigencias actuales.

Por todo ello,

EL DIRECTOR NACIONAL DE EDUCACION FISICA, DEPORTES Y RECREACION
DISPONE:

1ro.- Aprobar las "Normas Para la Administración De los Contenidos Programáticos de Educación Física" en la enseñanza media que obran en el Anexo que acompaña la presente como parte integrante de la misma.

2do.- Implantar, con carácter obligatorio a partir del curso escolar de 1974, en todos los establecimientos de nivel medio del país -oficiales y privados- las Normas a que alude el apartado anterior.

3ro.- Previa intervención de los Departamentos de Planeamiento, Programación y Supervisión, librense las comunicaciones pertinentes y cumplido, archívese en esta Dirección Nacional.

El Anexo a la Disp. 55/74 se encuentra a partir de pág. 87.

PROGRAMA DE EDUCACION FISICA PARA LOS ESTABLECIMIENTOS DE ENSEÑANZA MEDIA (Resol. 230/61)

OBJETO DEL PROGRAMA

La formulación de un programa oficial de Educación Física tiene por finalidad:

- Sistematizar la educación física en la enseñanza media asegurando su necesaria unidad y coherencia;
- Establecer la unidad, continuidad y progresión de la acción educativa en los mismos alumnos a través de la diversidad de maestros;
- Asegurar la más provechosa inversión de los esfuerzos de los profesores;
- Establecer los vínculos de la educación física con las demás disciplinas escolares en lo que hace a la formación integral del educando, señalando los puntos de acción concurrente, a fin de asegurar la unidad de la educación;
- Hacer efectivo el cumplimiento de un mínimo de contenidos compuesto por agentes y actividades universalmente valederos y de realización práctica posible; y
- Determinar claramente las responsabilidades de los Departamentos de Educación Física y de cada profesor y facilitar la evaluación de la tarea cumplida por cada uno de ellos.

EL PROGRAMA OFICIAL

Este programa procura establecer, por sobre todo, una unidad de propósitos, indicando, además, los medios que se estiman más aptos para concretarlos. No es, por lo mismo, un programa rígido. Con ello se atiende a dos razones fundamentales: por una parte, a la imposibilidad de dictar un programa único e inflexible para todos los establecimientos de enseñanza media del país; por

otra, al concepto de que la uniformidad no constituye un ideal pedagógico.

Queda a los establecimientos un margen de libertad para la estructuración del programa que llevarán a la práctica, libertad que surge de la naturaleza misma de la materia de que se trata y de las situaciones particulares de la escuela, lo que supone la asunción de una correlativa responsabilidad por parte de los departamentos de educación física, organismos que deberán abocarse a esta tarea.

Las escuelas incorporarán a sus programas determinados medios aquí indicados, pudiendo excluir algunos o agregar otros, pero el criterio que en todos los casos se aplique deberá estar suficientemente sustentado en razones evidentes o en los resultados de investigaciones formalmente realizadas, dejándose expresa constancia de todo ello en las actas de las reuniones del Departamento.

Sin perjuicio de lo dicho, el empleo de los agentes indicados por este programa será exigido por la Superioridad cuando, a su juicio, las situaciones o circunstancias lo hagan posible. Así se entenderá cuando se disponga de locales e instalaciones adecuadas, se cuente con el material didáctico necesario o cuando exista la posibilidad de obtenerlos de alguna manera. De igual modo se tendrán en cuenta las condiciones climáticas favorables, la cantidad adecuada de alumnos en los grupos de que se trate y las demandas del medio social.

La educación física escolar debe alcanzar los objetivos señalados en este programa en el más alto grado que lo permitan las posibilidades del establecimiento.

EL PROGRAMA DEL ESTABLECIMIENTO

El programa oficial debe ser desarrollado analíticamente por el Departamento de Educación Física del establecimiento. Para ello, todos los miembros de ese organismo (el Rector, el Jefe del mismo y los profesores), durante las reuniones que se celebren a ese efecto, aportarán su opinión para formar un criterio común

sobre cada aspecto del trabajo. El programa que la autoridad escolar apruebe se cumplirá dejando de lado los criterios personales que pudieran afectar la unidad, continuidad y gradación establecidas en su redacción.

Se tendrá presente que el programa debe aplicarse durante un período mínimo correspondiente a una promoción escolar, es decir, durante cuatro, cinco o seis años, según el plan de estudio en vigencia en el establecimiento. Toda modificación posterior que afecte la continuidad y progresión de la enseñanza, deberá ser proyectada únicamente para ser aplicada a una nueva promoción, o sea a los alumnos que vayan a iniciar la enseñanza media. De esta norma sólo se exceptuarán las modificaciones que obedezcan a razones de fuerza mayor, como puede ser la carencia de determinadas instalaciones, sobreviniente a la puesta en vigencia del programa.

Para la elaboración del programa del establecimiento se aconseja el siguiente proceso:

1º — Determinar los agentes ⁽¹⁾ de la educación física que se emplearán en las distintas etapas de la enseñanza, luego de considerar:

- los objetivos prescriptos por el programa oficial;
- los objetivos que se estime necesario agregar, de acuerdo con las particulares necesidades de los alumnos del establecimiento;
- la disponibilidad de locales e instalaciones;
- la eficacia relativa de los distintos agentes para la obtención de los objetivos propuestos.

2º — Determinar los distintos tipos de sesiones de educación física que se organizarán (Véase pág. 21).

3º — Establecer la cantidad de "cursos" que comprenderá la enseñanza de cada agente desde el primero hasta el último año de estudios del alumno. (Véase pág. 21).

4º — Desarrollar analíticamente cada uno de esos "cursos"

(1) Tratándose del deporte, indicar cada uno en particular.

tomando como base los que se incluyen en este programa en forma sintética.

5º — Redactar el programa analítico para cada año de estudios con el material resultante de los pasos anteriores de este proceso.

La reunión ordenada de los programas de los distintos años de estudios constituirá el programa de educación física del establecimiento.

Ese programa debe ser totalmente realizable. Al ponerse en práctica deberá resultar ostensible el progreso del aprendizaje del alumno y el perfeccionamiento gradual de sus cualidades físicas, psíquicas, morales, etc., lo que se apreciará al compararse grupos de años de estudios consecutivos.

Para que esos progresos sean auténticos deberán fundarse en avances bien consolidados a través de periodos de trabajo suficientemente intensos para cada aspecto de la enseñanza.

La repetición de determinados aspectos de la enseñanza en el programa de distintos años de estudios estará justificada exclusivamente por la necesidad de apoyarse en lo ya aprendido o adquirido para el desarrollo de nuevas fases de la enseñanza.

El programa del establecimiento cobrará estado oficial a partir del momento en que el Rector asiente su "Vº Bº" en el proyecto que se elabore en el Departamento de Educación Física.

Al finalizar cada término lectivo, el Departamento de Educación Física deberá reunirse tantas veces como sea necesario para considerar el desarrollo de los programas de todos los grupos y hacer los reajustes que sean menester para asegurar el cumplimiento de los objetivos que se desean alcanzar al término del año escolar. En la última reunión del año efectuará un balance de lo realizado en todo el establecimiento y preverá las necesidades futuras para dar cumplimiento al programa que cada grupo deberá desarrollar en el año siguiente.

De toda modificación o reajuste practicado al programa del establecimiento en cualquiera de sus cursos o grupos, se dejará constancia en el libro de actas del instituto con los fundamentos que lo motiven en cada caso, indicándose también en qué oportu-

nidad se incluirán los aspectos de la enseñanza que se hubieren postergado.

IMPLANTACION PROGRESIVA DEL NUEVO PROGRAMA

La aplicación del programa que resulte del cumplimiento de estas instrucciones se hará en forma progresiva a partir de 1961. Los programas que se encuentran actualmente en vigencia para los alumnos de segundo año y años superiores, deberán ser modificados, procurando una aproximación a los criterios y exigencias que en este programa oficial se enuncian.

OBJETIVOS

Toda acción educativa debe estar guiada por un fin preciso y claro, porque sin esta condición no existe educación propiamente dicha.

Al formular el programa, como asimismo durante su aplicación en la práctica, el profesor deberá partir de la consideración de los objetivos últimos y los inmediatos de toda su labor y de cada uno de sus aspectos. Con ese fin se establecen aquí los objetivos de la educación física en la enseñanza media para todos los establecimientos del país.

Es oportuno advertir que aún los objetivos que se aprecian en el ser físico del educando no se obtienen sólo por la acción de mecanismos puramente físicos. Toda acción humana es siempre compleja, y de su realización participa, en proporciones variables, tanto el ser físico como el ser psico-espiritual.

Con todo, cada disciplina educativa actúa con preponderancia desde o sobre uno de esos campos del ser.

Tanto los objetivos generales de la educación física, como los que se determinen para cada año o curso escolar, deben ser propuestos al alumno de tal modo que susciten su deliberada adhesión.

En el cuadro siguiente se ha adoptado una clasificación convencional de los objetivos de la educación que deben ser alcanzados por la educación física, sin que escape a sus autores que todo intento de este tipo tropieza con las dificultades que impone la indisoluble unidad de la educación.

Objetivos a alcanzarse preponderantemente por la acción de la Educación Física

EN EL CICLO BASICO

ENUNCIACION SINTEGICA

ENUNCIACION ANALITICA

Restablecer la armonía corporal (estática y dinámica), por la ruptura de hábitos que impiden la adaptación a la vida moderna.

Mejorar la postura.

Aumentar la capacidad de coordinación neuro-muscular. (Perfeccionar la psico-motricidad).

Aumentar la eficiencia física (potencia de función, capacidad técnica, economía de movimiento y de esfuerzo).

PERFORMANCE

Aumentar la capacidad motora y perfeccionar la adaptación a la situación creada por el rápido crecimiento en masa, manejo de cuerdas y arco.

Adquirir y desarrollar las destrezas técnicas (Gimnásticas, atléticas y deportivas). Iniciación atlética y deportiva.

Enriquecimiento del "saber deportivo".

FORMACION CORPORAL

Aumentar la tonicidad muscular, con- trayendo la predispoción al hábito de atención.

Fortificar la musculatura dorsal y elevar los músculos pectorales, contraerlos por la predispoción al dorso curvo juvenil.

Fortificar la pared abdominal (rectos y oblicuos), como factor postural y como punto de partida en una acción contra la generalizada insuficiencia respiratoria.

Fortificar los miembros extensor-rotadores de la pelvis hacia adelante, y elevar los sacrolumbares, contrayendo la predispoción a la ensilladura lumbar.

Desarrollar la fuerza muscular general.

Perfeccionar acciones y destrezas naturales: caminar y trotar naturalmente; correr con velocidad; caminar rápidamente de dirección y equivar durante la carrera; perseguir y huir; saltar en largo; en alto, en profundidad y por sobre obstáculos; volar, caer y rodar; equilibrio; trepar, suspenderse, balancearse y desplazarse en suspensión; cuadrúpeda; manifiestas; manipular cuerpos livianos (tímbales, pesas); arrojarse, pasar, trepar, saltar, cargar y transportar cuerpos livianos; luchar. Para las niñas, además, manejar de cuerdas y arco.

Alcanzar el grado máximo posible en fuerza, velocidad, lastanabilidad, agilidad, flexibilidad y resistencia.

Desarrollar la capacidad de realizar progresivamente esfuerzos moderados sostenidos.

Aumentar la resistencia a la fatiga (excitación funcional) suficiente tendiente a recuperar la energía cardio-pulmonar).

Aumentar la movilidad articular de la cintura escapular y de la columna dorsal.

Aumentar la elasticidad y la capacidad de la caja torácica para una mejor función respiratoria.

Desarrollar la habilidad de realizar el movimiento y las estructuras de movimiento con precisión en tiempo y espacio ("timing").

Desarrollar la capacidad de hallar placer en el movimiento.

Desarrollar la capacidad y el sentido del ritmo.

Perfeccionamiento de la musculatura.

Proveer la diferenciación sexual.

EDUCACION DEL MOVIMIENTO

Iniciar al educando en la práctica de las relaciones musculares consistentes. Evitar los excesos de tensión en la realización de ejercicios gimnásticos y deportivos.

Confirmar y acentuar las características propias de cada sexo, mediante la práctica de actividades diferenciadas su- ficientemente por su contenido y forma de realización.

Objetivos a alcanzarse por la acción concurrente de la Educación Física y otras Disciplinas y Medios Educativos (1)

EN AMBOS CICLOS

Comentar la acción de que, siendo el espíritu la instancia más valiosa del hombre, la educación física contribuya a su desarrollo.

Preparar al adolescente para la auto-formación de una casta jerárquica de valores.

Proporcionar al adolescente una imagen ideal del hombre, para que, contemplándose antipádicamente, se eji a sí mismo como el hombre que puede llegar a ser, ayudándole a formular un plan de vida.

Susitar en el educando la determinación de poner su voluntad al servicio de su propia formación, presentándole sugerentemente los objetivos de la educación física para que se formule propósitos que, en consonancia con esos objetivos, motiven su actividad.

Vigilizar la voluntad como núcleo del carácter. En la realización de ejercicios exigentes, con dificultades cada vez mayores, en la tolerancia de fatigas y errores de ejecución.

Control de los impulsos y su orientación para la realización del ideal de vida propuesto. (Eguilibrio emocional).

Desarrollar el sentido de responsabilidad del alumno. (Como integrante de un equipo; como árbitro o auxiliar de control de actividades; como capitán de equipo o responsable del mantenimiento y conservación de materiales deportivos; etc.).

Satisfacer y encauzar el espíritu lúdico y la avidos de aventura.

Desarrollar el concepto de que es juego y lucha con y no contra el adversario. Que a mayor resistencia ofrecida por éste, aumentan las oportunidades de demostrar y superar los propios valores técnicos y humanos y los del contrario.

Iniciar al educando en la práctica de las relaciones musculares consistentes. Evitar los excesos de tensión en la realización de ejercicios gimnásticos y deportivos.

Confirmar y acentuar las características propias de cada sexo, mediante la práctica de actividades diferenciadas su- ficientemente por su contenido y forma de realización.

Proveer la diferenciación sexual.

Perfeccionamiento de la musculatura.

Desarrollar la capacidad y el sentido del ritmo.

Desarrollar la habilidad de hallar placer en el movimiento.

Desarrollar la capacidad de hallar placer en el movimiento.

Aumentar la elasticidad y la capacidad de la caja torácica para una mejor función respiratoria.

Aumentar la movilidad articular de la cintura escapular y de la columna dorsal.

Aumentar la resistencia a la fatiga (excitación funcional) suficiente tendiente a recuperar la energía cardio-pulmonar).

Aumentar la elasticidad y la capacidad de la caja torácica para una mejor función respiratoria.

Desarrollar la habilidad de realizar el movimiento y las estructuras de movimiento con precisión en tiempo y espacio ("timing").

Desarrollar la capacidad de hallar placer en el movimiento.

Desarrollar la capacidad y el sentido del ritmo.

Perfeccionamiento de la musculatura.

Proveer la diferenciación sexual.

Perfeccionamiento de la musculatura.

Proveer la diferenciación sexual.

Objetivos a alcanzarse preferentemente por la acción de la Educación Física EN EL CICLO SUPERIOR

ENUNCIACION SINTETICA	ENUNCIACION ANALITICA
Además de los objetivos que por su naturaleza no pueden ser logrados plenamente en el Ciclo Básico:	Además de los objetivos que por su naturaleza no pueden ser logrados plenamente en el Ciclo Básico.
—Desarrollo armónico.	FORMACION CORPORAL
—Postura natural correcta.	
—Belleza de formas.	
—Desarrollo muscular (relieve muscular), con la debida proporción en cada sexo.	
—Entrenamiento en el esfuerzo.	PERFORMANCE
—Alcanzar el máximo desarrollo posible de las cualidades físicas.	

Desarrollo funcional máximo proporcionado a la edad del sujeto que egresa.
 Capacidad de realizar un trabajo físico económico.
 Capacitación técnica avanzada (gimnástica, atlética y deportiva).

RENDIMIENTO O

do el dominio de los fundamentos de un deporte más —por lo menos— que en el Ciclo Básico.
 —Orientación atlética y deportiva del educando que permita su diferenciación personal, mediante el aprovechamiento de sus cualidades y capacidades dominantes, sin llegar a su especialización antes de su desarrollo total.
 —Desarrollar la habilidad de realizar el trabajo físico sin movimientos, esfuerzos ni energía nerviosa innecesarios. (Trabajo físico económico).

—Armonía de movimientos.
 —Capacidad de expresión por medio del cuerpo y del movimiento (fundamentalmente en la mujer).
 Perfeccionamiento de la salud.

EDUCACION DEL MOVIMIENTO

—Desarrollar la capacidad de la relajación muscular en momentos de innecesaria exagerada tensión.
 —Con varones y niñas: obtener el ritmo "natural" en los ejercicios gimnásticos.
 —Afinar la capacidad de realizar el movimiento con precisión en tiempo y espacio ("timing").

Práctica espontánea, fuera de la escuela, de la vida al aire libre y de las actividades físicas.

Capacidad para organizar actividades físicas y de la vida al aire libre.

Objetivos a alcanzarse por la acción concurrente de la Educ. Física y otras Disciplinas y Medios Educativos (1)

EN AMBOS CICLOS (Continuación)

- Educar "a lo varón" o "a lo mujer", según corresponda, orientando convenientemente los gustos o preferencias, el aseo, la forma de vestir —en particular—, las diversiones, los gestos, palabras y actitudes. Cimentar el respeto por el sexo opuesto, no sólo de modo formal, sino, principalmente, basándolo en la comprensión del alto destino a que están llamados a cumplir en la vida tanto la mujer como el varón.
- Dar ocasión a todos los educandos para ejercer el liderazgo en la organización y desarrollo de actividades. Hacer conscientes los propios valores como líder. Desarrollar la voluntad de ser útil a sus semejantes. Orientar la capacidad de liderazgo.
- Ayudar al adolescente a sentirse alguien en la comunidad, evitando su anonimato en la escuela para que, creyendo en sí mismo, movilice sus esfuerzos para su propia formación como persona.
- Ayudar al conocimiento y evaluación de sí mismo. (A través de un gran número de experiencias y vivencias físicas, el educando deberá evaluar sus propias capacidades y posibilidades, acrecentando la confianza en sí mismo).
- Satisfacer la necesidad de afirmación y de exteriorización de la personalidad.
- Satisfacer la realización de iniciativas del alumno. Estimular la originalidad y el espíritu creador.
- Contrarrestar la tendencia del adolescente a la soledad, mediante actividades socializantes. Favorecer la faz psicológica del "rotorno". Ayudarle a integrarse en grupos de trabajo y recreación.

(1) (No se agotan aquí los objetivos de este orden. Pueden agregarse otros que respondan a necesidades educativas universales y/o particulares de los grupos de alumnos del establecimiento).

AGENTES Y ACTIVIDADES DE LA EDUCACION FISICA ESCOLAR EN LA ENSEÑANZA MEDIA

Los agentes de la educación física a emplearse en la enseñanza media serán los siguientes: la gimnasia, los deportes, los juegos, la danza, el atletismo, la natación y la vida en la naturaleza.

Estos agentes, concertados convenientemente o utilizados en forma aislada, se emplearán para constituir los distintos tipos de sesiones de trabajo: clases de educación física, sesiones de entrenamiento gimnástico o deportivo, competencias deportivas internas (dentro de cada grupo de alumnos o entre grupos diversos dentro del establecimiento) y externas (amistosas y abiertas), sesiones de carácter recreativo con actividades físicas, veladas con danzas folklóricas, "tardes" o "días" deportivos, marchas, excursiones, ascensiones, escaladas y campamentos.

La enseñanza de cada uno de los agentes se hará por "cursos", cada uno de los cuales constituirá una unidad o plan completo en sí (con objetivos precisos a alcanzar al cabo de cada uno de ellos) y correlacionado con los que le precedan y le sigan.

Como no se impone, ni es posible, la iniciación de la enseñanza de todos los agentes en primer año, se pueden dar situaciones como las siguientes: desarrollar un "primer curso" de gimnasia de destreza en tercer año, si se han empleado otro u otros tipos de gimnasia en los años anteriores; o desarrollar el "primer curso" de basquetbol en tercer año, luego de haberse cumplido la enseñanza de otro u otros deportes indicados para la temporada invernal en los años precedentes. Asimismo, la duración de cada "curso" no deberá insumir necesariamente toda la temporada de frío o calor, pudiendo reducirse a la mitad de ésta, tan sólo si así conviniera para iniciar o concluir el plan total de la enseñanza de un deporte, pero sin desatender la necesidad de actuar con intensidad suficiente en el empleo del agente de que se trate.

La aplicación de cada agente debe alcanzar ese mínimo de

"intensidad suficiente" para que los resultados de la enseñanza sean valiosos. En caso contrario la acción tendrá un valor solamente formal y sus efectos serán ineficaces. Por lo tanto, la inclusión de un determinado agente en el programa supondrá haberse previsto la asignación del tiempo necesario y la posibilidad de alcanzar en la práctica ese nivel aceptable, como mínimo. Este principio de "intensidad suficiente" debe regir tanto para el total de la actividad del año con el agente de que se trate, cuanto para el empleo que de él se haga en cada una de las clases.

LOS AGENTES DE LA EDUCACION FISICA

LA GIMNASIA

Los métodos gimnásticos se han ido diferenciando en los últimos tiempos para alcanzar en forma preponderante uno de estos tres objetivos generales: la formación corporal (morfológica y funcional), el rendimiento físico y la educación del movimiento (1).

1.— Con el primero de estos objetivos como intención fundamental, se encuentran las formas de gimnasia de los continuadores de la escuela de Ling, entre ellos Johansson. Emplean ejercicios contruidos, con las siguientes características:

- "a) Cada ejercicio tiende a constituir una totalidad; sus diferentes partes se estructuran naturalmente;
- "b) Cada ejercicio tiene un objetivo determinado, objetivo que es total —bio-psico-espiritual—, no exclusivamente anátomo-mecánico o fisiológico;
- "c) El movimiento es "suficientemente esquemático y preciso" para "asegurar el cumplimiento de sus objetivos y la progresión de la enseñanza, pero no es necesario que sea precisamente determinado en todos sus detalles. El movimiento tiende a la mayor "naturalidad" y a la mayor "libertad de movimiento";

(1) Estos objetivos también deben ser propuestos para todos los demás agentes de la educación física.

"d) La "localización" afecta a los segmentos necesarios y se realiza "en la medida necesaria (nunca se exige la "fijación" absoluta "de las posiciones iniciales);

"e) La amplitud y la "localización" dependen del objetivo del ejercicio;

"f) Se tiende a ejecutar en forma continuada los diferentes movimientos de un ejercicio, de acuerdo con las necesidades, y a unir los ejercicios, propendiendo a la integración de la estructura;

"g) Se asigna importancia a la posición y al movimiento, acentuando el valor de este último;

"h) Se presta especial atención a la vivencia y educación del ritmo;

"i) Todas las notas de ejecución del ejercicio y toda la ejecución, "como totalidad, están condicionadas por las exigencias de objetividad, figurabilidad, naturalidad, significación y estilo" (1).

Además no se establece un orden fijo para la sucesión de los ejercicios que ponen en juego distintas regiones musculares y articulares, distintas formas de trabajo muscular, etc. (2)

2. — Aunque más limitado en sus alcances, por responder a una concepción acorde con las particulares necesidades del grupo humano a que fuera destinado originariamente, puede incluirse entre los métodos de este tipo la gimnasia danesa de Niels Bukh y la del "Método Unico", en cuanto persiguen como objetivo fundamental la formación morfológica y funcional (3).

3. — Entre las formas de trabajo que tienden en modo señalado a la obtención del rendimiento físico se cuentan la gim-

(1) Boletín Técnico de la Asociación de Profesores de Educación Física Nº 10, Buenos Aires, 1955.

(2) Es oportuno señalar que las formas de trabajo gimnástico de la escuela sueca moderna que Johansson mostró en nuestro país fueron intencionalmente limitadas a las que podían ser aplicadas sin mayores inconvenientes en nuestro medio, dada la carencia de elementos de gimnasio en nuestros establecimientos educacionales.

Por tal razón es justo recordar que la corriente gimnástica de la que ese profesor fue portavoz incluyó un frondoso panorama de trabajo con ejercicios aplicados, a la vez que de alto valor formativo, mediante el empleo de cuerdas para trepar en distintos planos, el cajón para saltos, la colchoneta, el "cuadrado" sueco y los típicos elementos suecos, tales como el espaldar, la barra graduable a distintas alturas, el banco, el "caballo" y el "bock", entre otros.

(3) La mención de este método obedece a la difusión que alcanzó en nuestro medio escolar.

nasia natural de Hébert y la gimnasia natural austriaca de Gauthofer y Streicher —difundida en nuestro medio por G. Schmidt—. Empleando las formas básicas de la actividad física del hombre —como el correr, saltar, trepar, lanzar, luchar, levantar y transportar— procuran una eficiente adaptación al medio físico, aumentan la capacidad y el rendimiento y actúan sistemática y enérgicamente sobre el desarrollo morfológico y funcional.

4. — Las formas gimnásticas que tienden fundamentalmente a educar el movimiento (como las de Medau, Idla, Jalkanen, Frölich y otros), procuran "un fino sentido del movimiento, tanto para la aprehensión de su estructura como para su acabada realización unitaria, souple, precisa, económica, rítmica y significativa". Su empleo se justifica luego de haberse obtenido un nivel aceptable en el orden de la "formación corporal".

Tienden a enriquecer el repertorio personal de estructuras rítmicas, diversificándolas; estimulan la creación espontánea, desarrollan la plasticidad y capacitan para la vivencia de la emoción estética, desarrollan la capacidad de expresión corporal, de hallar placer en el movimiento y de aprovechar la destreza general, de aplicación en el deporte.

5. — Sin particularizar su acción sobre uno determinado de los tres objetivos generales mencionados, la gimnasia de destreza ("gimnasia de aplicación", "gimnasia de destreza formativa", "ejercicios de agilidad y destreza" y "ejercicios acrobáticos"), contribuyen eficazmente al logro de todos ellos, permitiendo la acentuación del que más interese en determinado momento de la formación del educando. Permiten obtener dominio y control total del cuerpo; precisión del movimiento en tiempo y espacio; sentido rítmico y de equilibrio; desarrollo armónico de las cualidades físicas básicas (velocidad, agilidad, destreza, fuerza y resistencia); la adaptación y dominio del medio físico; el sentido de ubicación y la proyección del cuerpo en el espacio.

En el curso de la enseñanza media, un trabajo completo de gimnasia debe atender convenientemente los tres grandes objetivos citados, estructurando con distintas formas de trabajo un

método integral, porque los tres aspectos son imprescindibles en la formación de la niña y del varón.

Se indica a ese efecto el empleo de más de uno de los métodos gimnásticos referidos, en forma simultánea o sucesiva, teniendo en cuenta que, para asegurar la correlación de los programas de los distintos años de estudios, las formas de trabajo que se adopten para una determinada división serán las mismas que se empleen con las demás divisiones del mismo año.

A fin de precisar el sentido del trabajo gimnástico se estima necesario determinar:

La gimnasia para varones, en el Ciclo Básico, deberá contribuir con los demás agentes de la educación física a obtener, como objetivo general, fundamentalmente, la formación corporal (formación de sostén, formación motora y formación neuro-endocrina) y, complementariamente, el rendimiento físico y la educación del movimiento.

Evidentemente, los tres tipos de acciones se irán ejerciendo en casi todas las ejercitaciones, pero la intención del educador debe centrarse en la formación corporal (morfológica y funcional) del sujeto.

En el *Ciclo Superior* se concederá tanta importancia al objetivo "*formación corporal*" como al "*rendimiento físico*" (entendido éste como la capacidad para el esfuerzo máximo mediante el perfeccionamiento de la destreza, la aptitud física y la resistencia). La educación del movimiento deberá buscarse como factor de eficiencia física, más que con intención estética y como medio de expresión.

Con este sentido deberá procurarse:

- el desarrollo del sentido kinestésico;
- la capacidad de producir la exacta tensión muscular que requiere cada esfuerzo;
- la capacidad de moverse con precisión en tiempo y espacio y de dominar el espacio en que el hombre se mueve;
- la capacidad de hallar la ecuación de tensiones y relajaciones que se traduce en el movimiento preciso, eficaz, y por lo tanto, elegante;

—la capacidad de encontrar el ritmo más adecuado para la realización del movimiento (gimnástico, atlético o de la vida diaria) de acuerdo con la intención que lo motiva y con la personalidad física y total del sujeto, contribuyendo a perfilar y plasmar esta última.

Sin que se busque, pues, en forma directa e inmediata el aspecto estético, todo ello deberá dar como resultado una definida, acabada y natural expresión masculina del movimiento que se apreciará como valor estético al mismo tiempo que constituya un valioso factor del rendimiento físico.

En todos los casos, tanto en uno como en otro ciclo de la enseñanza, se tendrán presentes los objetivos referentes a la afirmación de los caracteres del sexo masculino consignados en el cuadro respectivo de este programa, a los que la gimnasia debe contribuir en gran medida. El estilo y la forma del movimiento gimnástico del varón deben diferenciarse netamente de la forma y el estilo propios de la niña y la mujer.

La gimnasia para niñas, en el Ciclo Básico, contribuirá con los demás agentes de la Educación Física a lograr, como objetivos generales, y en forma preeminente, la formación corporal y la educación del movimiento. En segundo término su acción se dirigirá a la obtención del rendimiento físico.

En el *Ciclo Superior*, supuesto se hayan logrado en la forma deseada los objetivos generales fijados para el Ciclo Básico, se procurará alcanzar resultados equilibrados entre la *formación corporal*, el *rendimiento físico* y la *educación del movimiento*.

La forma y estilo del movimiento gimnástico deben ser elementos eficaces para acentuar la femineidad de las alumnas.

Cualesquiera sean los métodos empleados, deben ofrecer en su conjunto un rico material de ejercitaciones y formas de trabajo físico, como por ejemplo: trabajo muscular en contracción máxima, contracción suficiente y contracción sostenida; en relajación muscular; elongaciones musculares; movimientos conducidos y lanzados (latigazos y rebotes); tensos, continuados, pendulares, "pesados" y "livianos", precisos, acelerados y retardados; ejercicios económicos; rítmicos (con diversos ritmos); de

agilidad y destreza; ejercicios técnicos, naturales y contruídos, trabajo individual, por parejas y por grupos. *Todas ellas deben ser ejercitadas suficientemente.*

EL ATLETISMO

El atletismo está considerado como el deporte clásico y fundamental ya por su evolución histórica cuanto por la naturaleza misma de las pruebas que lo integran. Ocupa un lugar de privilegio en los programas deportivos de todos los pueblos del mundo, quizá por el hecho indiscutible de sintetizar la innata inclinación del ser humano a correr, saltar y lanzar, en sus formas más elementales, las que fueron perfeccionadas hasta llegar al atletismo propiamente dicho, respaldado hoy por la experimentación científica. Proporciona medios eficientes para un desarrollo raeional, armonioso, graduado y susceptible de control; mejora las coordinaciones neuro-musculares; actúa sobre los sistemas circulatorio y respiratorio, como asimismo sobre los demás órganos de la vida vegetativa. Estos efectos sobre la eficiencia física pueden ser medidos mediante la aplicación de tests y son precisamente estas comprobaciones, las que permiten obtener el alto grado de rendimiento de los atletas.

Por estas razones, el atletismo está considerado actualmente como la base de sustentación principal de todo entrenamiento deportivo, por ser un poderoso factor de la "formación física de fondo".

Su práctica racional permite apreciar el grado de adelanto periódico logrado por los alumnos, a la vez que abre a éstos el descubrimiento de capacidades innatas que mediante las pruebas se han manifestado.

En el programa de educación física escolar, el atletismo debe ser considerado como elemento de primer orden que no puede descuidarse. Su práctica estará encuadrada dentro de las consideraciones que se hacen para los deportes y su intensidad y variedad será determinada en cada caso por los medios materiales y humanos con que se cuente. Son precisamente estos facto-

res, los que en definitiva indicarán al docente las etapas a cumplirse a partir del atletismo elemental o fundamental, hasta la culminación de una técnica superior.

Relacionado estrechamente con este tema, es oportuno indicar que, tanto la niña como el varón, deben correr con frecuencia distancias progresivamente mayores para acrecentar la resistencia al esfuerzo y adquirir soltura y estilo en la carrera lenta o trote.

De este modo, los varones se ejercitarán en distancias que llegarán por ejemplo, desde los 400 metros hasta los 800, en el Ciclo Básico; y de 800 a 1.500 metros en el Ciclo Superior.

Para las niñas se indican distancias de 200 a 500 metros en el Ciclo Básico, y de 500 a 800 metros o más, en el Ciclo Superior, también como ejemplo.

Esas carreras se harán a "media velocidad" y aún a "tres cuartos de velocidad", con un mínimo de exigencias técnicas impuestas y, acaso, sin ellas, procurando la mayor naturalidad.

La adquisición de la soltura, la naturalidad y la armonía en el trote o carrera lenta y la obtención de un estilo personal, sólo son posibles a través de muchas horas de ejercitación en este tipo de actividad. Por ello se deberá destinar parte de casi todas las sesiones de trabajo (clases de educación física, entrenamientos, etc.), a una ejercitación de esta naturaleza, haciéndolo con independencia de las prácticas atléticas propiamente dichas, aunque con provecho para el progreso en éstas.

EL DEPORTE

El deporte es una actividad compleja basada fundamentalmente en la satisfacción del espíritu lúdico del hombre. Pero no es sólo juego, ya que incorpora a su estructura otros elementos que de éste lo distinguen, como son: el "espíritu de equipo" que anima y agrupa en forma más o menos permanente a los jugado-

res; la responsabilidad ante compañeros, adversarios y, eventualmente, ante espectadores (aparición del compromiso); la búsqueda de la "performance" y el "record"; el ingreso en una esfera de actividades regladas en forma compleja y severa (reglas del deporte de que se trate; reglas de la organización de las justas deportivas y reglas de las instituciones que lo administran), etc.

Como el deporte puede realizarse con sentidos diversos, es preciso determinar con cuál se ellos debe emplearse este agente de la educación física en la escuela, o lo que es lo mismo, cómo se caracteriza el deporte escolar.

Habrà de quedar claro, entonces, que, en la escuela:

- el deporte debe contribuir a la formación integral armónica del educando (equilibrio bio-psico-espiritual);
- debe contribuir a la formación física armónica;
- debe ayudar a la formación del carácter, fundamentalmente a la vigorización de la voluntad, encaminada al cumplimiento del deber ser del hombre;
- debe contribuir a la formación social del sujeto: favorecer los ajustes entre persona y persona y entre persona y grupo; ayudar al sujeto a conocer a los demás; desarrollar el espíritu fraternal y no sólo el "espíritu de equipo", que muchas veces encubre un egoísmo colectivo; ayudar a afirmar el principio de autoridad y subordinación dentro del grupo y en la actividad deportiva misma; satisfacer la necesidad de agrupación (formación de grupos, espontáneos o no);
- debe ayudar al educando a formularse una escala de valores entre los cuales la formación física y el deporte mismo ocupen el lugar que les corresponde como *medios* para el desarrollo de la personalidad y el perfeccionamiento integral.

Indudablemente, el deporte ofrece otros valores para la educación física del educando, que aquí no se señalan, ya que sólo se han querido mencionar las condiciones que lo deben distinguir de las otras formas del deporte.

El deporte educativo debe diferenciarse, entonces, del "deporte espectáculo", del "deporte trabajo" o "deporte profesional"

y del "deporte competencia" (actividad que se limita exclusivamente a la preparación para la competencia y a la competencia misma).

Resulta oportuno señalar que en la escuela no cabe el concepto del "deporte por el deporte mismo" ya que no tiene un fin en sí y que su valor está condicionado por el aporte que haga a la educación del joven o de la niña, es decir, al perfeccionamiento intencional de las facultades y posibilidades específicamente humanas.

En la faz de aprendizaje debe utilizarse el método sintético-analítico-sintético y partir de la comprensión de la idea fundamental del juego.

La enseñanza del deporte debe comprender cuatro partes: aprendizaje básico, perfeccionamiento, práctica y competencia, estableciéndose una adecuada proporción del tiempo destinado a cada una de ellas. La "práctica" del deporte deberá realizarse simultáneamente con el "aprendizaje básico" —y oportunamente con el perfeccionamiento— desde el comienzo de la enseñanza, cumpliéndose sólo las exigencias reglamentarias indispensables para que se pueda jugar.

Cuando se inicie la enseñanza de un deporte, corresponderá desarrollar el "primer curso" que se indica en este programa, y cuyo contenido será exigido por la Superioridad. Esto no significa que deba haber una coincidencia entre el "curso" y el año de estudios de los alumnos ("primer curso" de basquetbol puede ser enseñado en un segundo año de estudios, por ejemplo).

En ningún caso se mutilará la enseñanza total de un deporte contenido en los programas que aquí se establecen, suprimiendo "cursos", pero, en cambio, podrán concentrarse en un número menor que los aquí indicados cuando la cantidad de años de estudios disponibles para su desarrollo sea inferior al número de "cursos" previsto en este programa.

*Deportes a emplearse en el desarrollo
de las clases ordinarias de Educación Física:*

Para varones

Atletismo
Basquetbol
Softbol
Fútbol
Rugby
Handbol
Voleibol

Para niñas

Atletismo
Pelota al Cesto
Voleibol
Softbol
Basquetbol
Hockey sobre césped

La natación podrá formar parte de las clases, con preferencia sus aspectos de perfeccionamiento y de aplicación deportiva, luego de los cursos intensivos de enseñanza básica.

A las niñas, después del tercer año, habrá que ofrecerles la oportunidad de aprender y practicar deportes individuales o por parejas, como el tenis, por ejemplo. Estas actividades podrán cumplirse en forma rotativa por las alumnas, paralelamente al trabajo del resto del grupo, a fin de no interrumpir el desarrollo del programa.

Asimismo, según las posibilidades del establecimiento, podrán incluirse en las clases los deportes siguientes, con los que también pueden realizarse sesiones especiales que reemplacen las clases ordinarias o se sumen a ellas:

Varones: Remo, esquí y montañismo.

Niñas: Esquí y montañismo.

LA VIDA EN LA NATURALEZA

Un programa de educación física no es completo si no incluye con cierta intensidad y frecuencia, prácticas de vida en la naturaleza, previendo la realización de marchas y campamentos y además, de ascensiones y aún de escaladas en los establecimientos que se encuentran ubicados en regiones montañosas.

Las marchas

Las normas siguientes servirán de guía para el desarrollo de esta actividad:

- Debe proyectarse un plan gradual de marchas para el año escolar a realizar por cada grupo o división del establecimiento. (No es aconsejable agrupar más alumnos que los que normalmente deben asistir juntos a las clases de educación física).
- Proyectar toda marcha partiendo de la consideración de la distancia que los alumnos o alumnas son capaces de recorrer. Graduar la distancia de las sucesivas marchas que se proyecten. Comenzar en primer año con distancias que oscilen entre 8 y 10 km. en terreno llano o con escasos desniveles, a cubrir en cada jornada. Para los alumnos de los años siguientes, las distancias deberán estar proporcionadas a su mayor capacidad.
- Elegir un lugar de destino (paraje con bellezas naturales, lugar histórico, etc.) o circuito a recorrer. Si un lugar interesante estuviere a una distancia inconveniente, se puede hacer parte del camino en vehículos de transporte o contratados para el caso.
- Prever el equipo individual necesario (calzado y demás prendas de vestir, cubierto, elementos de higiene, etc.).
- Prever los elementos de uso en común: de cocina, primeros auxilios, para actividades recreativas (si se estimare oportuno), etc.
- Prever los alimentos necesarios o los elementos para prepararlos.
- Enseñar a los alumnos aspectos técnicos de las marchas: paso económico y regular; velocidad de marcha del grupo de acuerdo con la capacidad de los alumnos menos dotados; descansos periódicos moderados; previsión y elección de los lugares más adecuados para hacer los altos y descansos; administración de las bebidas y alimentos durante la marcha; atención inmediata de los percances o in-

convenientes en el calzado; empleo oportuno de las canciones de marcha; medidas higiénicas generales, etc.; medidas de seguridad en las marchas: elección de caminos pocos transitados por vehículos; normas para el encolumnamiento y "mano" que se aconseja seguir en las carreteras ("contramano"), etc.

Las ascensiones, escaladas y travesías en la montaña

Los establecimientos ubicados en zonas de montaña deberán ofrecer a sus alumnos un programa graduado de montañismo, actividad que incluirá recorridos a través de la montaña (travesías), ascensiones y escaladas elementales. Estas últimas, si se cuenta con personal experto.

La realización de actividades de montaña que insuman uno o más días de asueto escolar puede ser motivo eximente del desarrollo de una o ambas clases semanales de educación física, siempre que en aquéllas participe la mayoría de los alumnos del grupo o división.

Para estimular la práctica de marchas y de actividades de montaña se sugiere la formación de "círculos" o comisiones internas que difundan y colaboren en su organización.

Se recomienda muy especialmente llevar a cabo una enseñanza rigurosamente metodizada de las técnicas de las ascensiones y escaladas, a fin de prever las consecuencias a que puede llevar la temeridad en que fácilmente caen quienes se inician en las prácticas de montañismo. Por sobre todo, los profesores deberán despertar en el alumno el sentido de superación, de responsabilidad y seguridad para consigo mismo y para con los demás, alejando toda inclinación al espíritu competitivo y de "record" en estas actividades.

Los campamentos

Todo establecimiento debe agotar los recursos necesarios

para asegurar que cada alumno asista, por lo menos, a un campamento de 15 a 20 días de duración durante su paso por la enseñanza media. Siendo una actividad y una experiencia necesaria para todos los jóvenes, debe hacerse lo posible para que no revierta el carácter de un premio a los mejores estudiantes.

Para su organización y realización ténganse presentes las siguientes indicaciones:

- No sólo es posible realizar campamentos en verano, sino también en las demás épocas del año, incluso el invierno. Las condiciones climáticas de muchas zonas del país son favorables para ello.
- Es necesario destruir el erróneo concepto de que solamente pueden hacerse campamentos interesantes y valiosos en las zonas turísticas de renombre, ya que el valor del campamento no depende tanto del lugar en que se realice como del espíritu formativo que se logre imprimirle. Cada región del país tiene innumerables parajes apropiados para acampar; aprovechando los que no disten mucho de la localidad en que se encuentre el establecimiento, se reducirán los gastos de traslado, factor que eleva sensiblemente los costos y crea dificultades de organización.
- El campamento juvenil debe tener carácter eminentemente educativo. La posibilidad óptima de ayudar a la formación integral del educando, que este instrumento ofrece, debe ser aprovechada en el mayor grado posible. En ningún otro momento de la vida escolar se le brinda al educador una oportunidad más propicia para conocer mejor al alumno, ni dispone de mayor cantidad de recursos para ejercer su misión.
- Todos los aspectos de la formación del hombre deben ser previstos en el programa de actividades del campamento. En él deben contemplarse los valores vitales, estéticos, intelectuales, éticos y religiosos.
- El campamento no debe consistir en una vacación que se regale al estudiante. Será mucho más valioso desde el punto de vista formativo que resulte como fruto de un esfuerzo largo y constante en trabajo de equipo entre profesores

res y alumnos. Incluso, con ese sentido y también para hacerlo posible, podrá aceptarse la contribución económica de los alumnos, al menos para solventar sus gastos de alimentación y traslado.

—Cabe distinguir, para establecer un criterio de gradación, entre los diversos tipos de campamentos: los campamentos fijos (aquellos en los que la casi totalidad de las actividades se desarrollan en el lugar en que se acampa, con excepción de algunas salidas con regreso en el mismo día); los campamentos semifijos (con una o más salidas de uno o más días de duración); y los campamentos volantes (realizados durante una marcha de varios días, con cambios de emplazamiento en forma continua o con breves intervalos). Estos últimos se aconsejan sólo para jóvenes experimentados, que hayan realizado antes los tipos anteriores de campamento.

—La realización de campamentos dependerá en su casi totalidad del espíritu de iniciativa del personal de los establecimientos. Es aconsejable crear en cada instituto de enseñanza un "fondo de campamentos" con ingresos provenientes de ahorros de los alumnos, donaciones, festivales, cooperativa escolar, etc.

—La vida del campamento es un continuo reclamo a la actividad física intensa, a la vitalidad y a los procesos mecánicos de adaptación; pero también son muchas las oportunidades que ofrece para aplicar y aún perfeccionar los conocimientos adquiridos en el estudio de las distintas disciplinas escolares; para mejorar los ajustes sociales y establecer sobre bases más sólidas las normas de convivencia; para despertar la sensibilidad y gozar de las maravillas del universo; para la adopción de patrones de conducta; para el enfrentamiento con los grandes misterios de la vida, etc., etc.

—La Dirección General de Educación física cuenta con personal en su Departamento Técnico al que se puede recurrir en procura de asesoramiento y ayuda para la organización de campamentos.

Dada esta variedad de situaciones y posibilidades, tienen

cabida en el campamento, junto al profesor de educación física, los docentes de otras especialidades, con inquietudes por los problemas de la juventud y que estén en condiciones de adaptarse a una vida que no ofrece las comodidades de la ciudad.

LA NATACION

La natación, agente de primer orden de la educación física, puede constituirse en la única actividad del programa durante un determinado período, si se desarrollan cursos intensivos para su enseñanza.

Un cursillo intensivo que se dicte a razón de dos clases semanales de 60 minutos, deberá insumir 18 sesiones, eximiendo a los alumnos asistentes de concurrir, mientras tanto, a las clases ordinarias de educación física.

Con preferencia, la duración de las clases debería ser de 40 minutos, en cuyo caso corresponderá dictarse el curso a razón de 3 sesiones semanales, durante 25 clases.

El propósito principal del empleo de este agente en los establecimientos que cuenten con natatorio o puedan usufructuar de alguno de ellos, será el de enseñar a nadar en un estilo básico (pecho o crol), antes que destinar esa posibilidad a fines deportivos, mientras en el establecimiento queden alumnos que no sepan nadar.

LAS CLASES DE EDUCACION FISICA

El tiempo a destinar a cada uno de los agentes en el desarrollo de las clases se ajustará a la siguiente escala:

<i>A la gimnasia, en sus diferentes formas</i>	<i>A los demás agentes, en suma:</i>
En primer año 50 %	50 %
En segundo y tercer años 40 %	60 %
Desde cuarto año 30 %	70 %

Los porcentajes precedentes se refieren al tiempo total del

año escolar, de modo que no establecen una fórmula para la composición de la clase. Según este temperamento, podrían organizarse clases con actividades puramente gimnásticas o deportivas, a condición de que en ellas se hicieren *ejercitaciones de distinta naturaleza* con el único agente empleado. Por ejemplo: 1) *Clases con gimnasia solamente*: gimnasia construida y gimnasia natural (Hérbert o austríaca) o gimnasia de destreza o de aplicación, formas gimnásticas dirigidas al acrecentamiento de la destreza o del rendimiento, la formación de fondo y el entrenamiento general;

2) *Clases con fútbol solamente*: enseñanza de determinados elementos de la técnica individual general o de la técnica especial de cada "puesto" en el equipo o de tácticas y jugadas preparadas y juego de fútbol con indicaciones y observaciones del profesor sobre aquellos elementos, durante la actividad.

Lo dicho precedentemente no significa recomendar el empleo de un solo agente en cada clase. El Departamento de Educación Física determinará el temperamento a seguir sobre este punto, conociendo la capacidad de sus profesores para hacer un uso provechoso de esa posibilidad de administración del trabajo, siempre que se respeten los porcentajes indicados anteriormente.

El profesor deberá preparar cada clase con anticipación suficiente, para que su labor responda a las exigencias pedagógicas de gradación, continuidad y unidad de la enseñanza que habrán sido contempladas en la redacción del programa del establecimiento, y asentará en un libro de temas, en forma analítica, las actividades que proyecte realizar en la sesión. El trabajo así proyectado deberá ser cumplido lo más fielmente posible. Las variantes que se introdujeran en su realización se consignarán al pie del plan de la clase.

Al proyectarse la clase se tendrá presente la sucesión de efectos resultantes de las distintas actividades a fin de no caer en reiteraciones innecesarias.

Las clases prácticas de educación física tendrán una duración de sesenta minutos y se realizarán fuera del horario escolar, excepto en los establecimientos que tengan horario general discontinuo.

Las clases destinadas a la preparación profesional en educación física en el Ciclo del Magisterio (clases teóricas y clases de práctica pedagógica en la materia), tendrán la duración que determina el Reglamento General para las demás asignaturas de las Escuelas Normales de distinto tipo.

Las horas de educación física que fija el Plan de Estudios no podrán ser acumuladas en un mismo día ni impartidas en días consecutivos. Los días sábado, tanto por la mañana como por la tarde, podrán utilizarse para el dictado de una de las clases semanales, siempre que el Rectorado del establecimiento lo estime conveniente.

Cuando el establecimiento no tenga instalaciones adecuadas para satisfacer las exigencias del programa, las clases deberán dictarse fuera de la sede escolar siempre que sea posible usufructuar locales ajenos más apropiados.

El profesor tendrá en cuenta permanentemente que toda acción debe tener un objetivo, valorará los efectos e interpretará los resultados; acentuará las capacidades predominantes de cada alumno, sin llegar a su especialización antes de que haya alcanzado su pleno desarrollo y ejercitará una acción progresiva, apoyando cada adelanto en un progreso anterior suficientemente logrado.

Debe evitarse que durante alguna parte de la clase queden alumnos inactivos. Al proyectar las actividades que según el programa correspondan desarrollar, el profesor preverá las que realizarán paralelamente los alumnos que excedan el número reglamentario para el trabajo deportivo.

El Departamento de Educación Física deberá prever la inclusión en el programa para cada año escolar, de conversaciones sobre temas de educación física e higiénica, las que deberán llevarse a cabo en los días en que, por razones de mal tiempo u otras, deban suspenderse las clases prácticas.

Sin perjuicio de ello, deberá ser preocupación constante de cada profesor, la creación de hábitos higiénicos en los alumnos con motivo de la práctica de actividades físicas.

Para los alumnos impedidos de realizar actividades físicas por razones de salud, el profesor adoptará las provisiones necesi-

LAS COMPETENCIAS DEPORTIVAS

sarías a fin de que la presencia de aquellos en las clases resulte provechosa, mediante la asignación de tareas de colaboración en la organización de las actividades, la fiscalización y arbitraje deportivo, etc., lo que al mismo tiempo, les permitirá mantenerse vinculados a las manifestaciones de la Educación Física y del deporte, despertará su interés por el conocimiento de las técnicas y les ayudará a integrarse en el grupo escolar a que pertenecen.

Un recurso pedagógico que facilitará el cumplimiento del programa, por cuanto está destinado a interesar a los alumnos en la realización de las actividades, consistirá en agrupar a todos los educandos del establecimiento en bandos de constitución permanente.

A estos bandos deberán incorporarse los estudiantes optando por el de su preferencia, siempre que con este procedimiento no se produzcan desequilibrios sensibles en su constitución. Dichos bandos actuarán en forma competitiva en las actividades de educación física que por su carácter lo permitan, pudiendo hacerlo también en las de otras disciplinas y en diversos aspectos de la vida escolar.

El aspecto competitivo del deporte debe seguir un proceso que asegure el cumplimiento de su finalidad educativa. A este respecto deberá procederse de acuerdo con el siguiente plan:

Primer período. — Promoción preferente de las competencias internas (dentro de cada grupo de alumnos y entre divisiones). Las competencias internas deben movilizar a todo el alumnado y no circunscribirse al grupo de selectos que se destacan en un determinado deporte.

Estas actividades realizadas por el sujeto en el primer período de la adolescencia, no tendrán por objeto alcanzar ni demostrar altos niveles técnicos, sino que deberán tender, entre otros propósitos, a ayudar al educando a superar las inhibiciones que suele provocarles la actuación entre los demás, y a templar su ánimo en los triunfos y derrotas deportivas, procurando placer y alegría. La competencia "entre amigos" ayudará en este sentido.

Segundo período. — Promoción de competencias de carácter amistoso con establecimientos con los que se tenga la certeza de que las actividades se desarrollarán en un ambiente de cordialidad, normalidad, sana emulación y valor educativo.

Tercer período. — Llegar a las competencias intercolegiales abiertas cuando las experiencias anteriores pongan en evidencia la formación de una conducta deportiva consonante con el quehacer educativo.

Es importante que durante las dos primeras fases del proceso, la niña y el varón adquieran un grado tal de madurez emocional que evite los trastornos de este orden que suelen presentarse en el desarrollo de las competencias intercolegiales cuando no se ha vivido un período de adaptación gradual a los fuertes estímulos propios de este tipo de actividades.

La experiencia recogida obliga a señalar que, para no des-

virtuar el clima formativo de las competencias, es fundamental la actitud ejemplar de los profesores.

El profesor no deberá abandonar jamás la actitud primordial de un educador, sean cuales fueren las circunstancias que se den en las justas deportivas. A esa función específica subordinará las que ocasionalmente le corresponda desempeñar como entrenador de equipos, delegado o autoridad de los certámenes.

Tests para el control de LA ENSEÑANZA

Para controlar el desarrollo de la enseñanza en cada uno de sus aspectos y actividades, así como las condiciones y capacidades de los alumnos, se aplicarán tests de dos tipos:

a) *Tests que permitan evaluar las cualidades físicas de los alumnos.*

Deberán aplicarse durante los días iniciales de cada año lectivo y repetirse en las últimas clases del año. Las mismas pruebas se tomarán a todos los alumnos del establecimiento.

A tal efecto se determinan con carácter de obligatorios:

Para las niñas:

- Carrera de 40 metros llanos;
- Saltar y alcanzar;
- Lanzamiento de la pelota de cesto a distancia.

Para los varones:

- Carrera de 60 metros llanos;
- Flexiones de brazos en la barra fija;
- Saltar y alcanzar.

La reglamentación y la tabla de puntaje para evaluar los resultados obtenidos por cada alumno de acuerdo con la categoría en la que se lo haya clasificado previamente (según su edad, peso y talla), se encuentran en los folletos titulados "Pruebas de eficiencia física (mujeres)" y "Pruebas de eficiencia física (varones)", Dirección de Educación Física, Buenos Aires, 1957 y 1958, respectivamente.

b) *Test que permiten evaluar los progresos en el aprendizaje de técnicas deportivas.*

Deberán tomarse al comenzar y al concluir cada "curso" anual del deporte de que se trate. Durante cada "curso", las pruebas que se tomen deberán ser las mismas, de modo que se pueda apreciar el perfeccionamiento del alumno durante su desarrollo.

La descripción de tests de este tipo y sus respectivas tablas de puntaje se encuentran en las publicaciones citadas más arriba. A ellos se pueden agregar otros, como los siguientes:

Tiros al aro de basketbol

I. — GENERALIDADES:

La prueba consistirá en que el alumno efectúe diez tiros "bandeja" al aro, tratando de convertir gol.

El competidor podrá recibir la pelota estando detenido, en cuyo caso deberá dar los dos pasos reglamentarios, elevándose en el segundo de ellos o podrá efectuar un dribbling previo y ejecutar el lanzamiento.

II. — REGLAMENTACION:

1. Cada competidor podrá realizar una sola tentativa.
2. Será correcto el lanzamiento cuando la mano que impulsa la pelota haya sobrepasado la altura del hombro.
3. Por cada gol convertido en lanzamiento correcto se otorgará diez (10) puntos.
4. No será válido el gol convertido si el competidor diera más de dos pasos en posesión de la pelota sin ejecutar dribbling.
5. La suma de puntos obtenida será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

IROG. Ed. FISICA - 1a. Ed. Goudellas
 PROE. Ed. FISICA - 1a. Ed. Goudellas

Pases de pelota de basketbol

I. — GENERALIDADES:

La prueba consistirá en ejecutar cinco pases "de pecho" y cinco con una mano sobre el hombro.

Para los pases de pecho el competidor se colocará sobre la línea de "foul" y para los pases con una mano sobre el hombro, debajo del tablero, mirando en ambos casos hacia la línea central del campo de juego.

Cinco alumnos serán colocados sobre la línea central, uno de ellos sobre el círculo de salto y los restantes con una separación de tres metros, a partir de él hacia ambos lados, mirando todos al competidor que ejecutará la prueba.

II. — REGLAMENTACION:

1. El competidor ubicado sobre la línea de "foul" efectuará un lanzamiento de pecho a cada uno de los alumnos ubicados en la línea central.
2. Una vez finalizada esta prueba se colocará debajo del tablero y realizará otros cinco pases, pero en esta oportunidad lo hará con una mano sobre el hombro, a los compañeros colocados en la línea central.
3. Se considerará pase correcto cuando el alumno que debe recibir la pelota no se vea obligado para ello a desplazar ambos pies y que la pelota no haya tocado el suelo.
4. Por cada pase correcto se otorgará al competidor 10 puntos.
5. La suma de puntos obtenidos será la performance del alumno sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Puntería con pelota de softball

I. — GENERALIDADES:

Sobre una pared se marcará un círculo de un metro de radio. El centro de este círculo estará a un metro del suelo.

La línea desde donde se efectuarán los tiros deberá estar a 10 metros de la pared.

II. — REGLAMENTACION:

1. A cada alumno se le permitirá una sola tentativa de diez tiros.
2. En el momento de arrojar la pelota el competidor deberá mantener un pie en contacto con la línea de tiro.
3. Será obligatorio arrojar la pelota por sobre el hombro.
4. Los diez tiros se ejecutarán sucesivamente.
5. A cada pelota ubicada dentro del círculo se le otorgará diez puntos.
6. Los impactos en la línea del círculo se computarán como dentro del mismo.
7. La suma de puntos obtenida será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Bateo de la pelota de softball

I. — GENERALIDADES:

Esta prueba consistirá en batear 10 pelotas "buenas" lanzadas por un pitcher.

Tanto el bateador como el pitcher deberán ubicarse reglamentariamente.

II. — REGLAMENTACION:

1. Cada competidor tendrá derecho a una sola tentativa.
2. Para que el bateo sea considerado correcto la pelota deberá hacer su primer pique dentro del campo de juego.
3. No se considerará pelota bateada el "bunt".
4. A cada bateo correcto se le otorgará 10 puntos. La suma

de puntos obtenida será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Variante:

Para los últimos "cursos" de softbol, podrá exigirse el bateo orientado. Por ejemplo, dividiendo el campo de juego en tres ángulos de 30 grados cada uno, se exigirá: 3 bateos al campo derecho, 4 bateos al centro y 3 al campo izquierdo.

Saques de voleibol

I. — GENERALIDADES:

El sector opuesto al elegido para efectuar el saque, será dividido por una línea perpendicular a la línea final y equidistante 4,50 metros de las líneas laterales. La línea trazada en esta forma, con la que divide la zona de ataque y defensa, formarán cuatro sectores.

La red deberá ser colocada a la altura reglamentaria.

II. — REGLAMENTACION:

1. El competidor deberá ubicarse en la zona de saque.
2. El alumno efectuará cuatro saques tratando de ubicar uno en cada sector marcado.
3. Las pelotas que toquen líneas demarcatorias de la zona correspondiente, serán consideradas como ubicadas correctamente.
4. Las pelotas que toquen la red serán consideradas como saques nulos.
5. A cada saque correcto se le asignará el siguiente puntaje: saque a zona de defensa: 20 puntos; saque a zona de ataque: 30 puntos.
6. A los saques ubicados en zonas que no correspondan se les otorgarán cinco puntos.

7. La suma de puntos obtenida por el competidor será su performance, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Devolver la pelota de voleibol

I. — GENERALIDADES:

La red será colocada a la altura reglamentaria.

El profesor o alumno ayudante se colocará en un campo y el competidor lo hará sobre la mitad de la línea que separa, en el campo opuesto, las zonas de ataque y defensa.

II. — REGLAMENTACION:

1. El profesor o ayudante arrojará por sobre la red, en forma suave, la pelota al competidor, el que deberá devolverla mediante un golpe al campo contrario, tratando de ubicarla en la zona de ataque o defensa, según corresponda.
2. Cada competidor tendrá derecho a una sola tentativa, la que consistirá en devolver cinco pelotas a la zona de ataque y cinco a la zona de defensa, de acuerdo a la indicación del profesor.
3. A cada devolución correcta se le otorgará 10 puntos.
4. Las pelotas que toquen las líneas demarcatorias de la zona que corresponda serán consideradas como válidas.
5. La suma de puntos obtenida será la performance del alumno sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Levantar y pasar la pelota de rugby

I. — GENERALIDADES:

Esta prueba consiste en que el competidor, a la carrera, levante y efectúe pase de rugby de cuatro pelotas ubicadas sobre la línea del touch.

Para ello se marcarán a partir de la línea del ingol, cuatro zonas de diez metros cada una.

En la mitad de cada zona se colocará una pelota de rugby.

II. — REGLAMENTACION:

1. Cada competidor efectuará una sola tentativa.
2. El jugador deberá salir corriendo desde la línea del ingol.
3. El competidor deberá levantar a la carrera la pelota y pasarla antes de la marca final de cada zona. El pase debe realizarse hacia atrás con las dos manos y bajo hombro.
4. La distancia que separa la línea del ingol (salida) hasta la línea final de la última zona (llegada), deberá ser recorrida en un tiempo máximo de 7 segundos. Si el tiempo empleado fuera mayor, se computará cero puntos al competidor.
5. Por cada tentativa correcta de levantar y pasar las pelotas se computará 25 puntos.
6. La suma de puntos obtenidos será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Pelotas al touch

I. — GENERALIDADES:

Sobre los touches de una mitad del campo de juego y a partir de la línea central, se marcarán cinco zonas.

La primera de esas zonas (la más próxima a la línea central), tendrá 4 metros; la segunda 6 metros; la tercera 8 metros; la cuarta 12 metros; y la quinta 16 metros.

El competidor deberá ubicarse en el centro de la cancha (mitad de la línea central).

II. — REGLAMENTACION:

1. El competidor tendrá derecho a una sola tentativa.
2. Desde la ubicación indicada, el competidor efectuará cin-

co puntapiés (punt) con la pierna derecha hacia el touch izquierdo, tratando de hacer pasar la pelota por las distintas zonas. Luego repetirá la tentativa con la pierna izquierda hacia el touch derecho.

3. No será obligatorio que la pelota pase en cada puntapié por zonas distintas, razón por la cual todos ellos serán valorados.
4. Serán considerados puntapiés correctos cuando el pique de la pelota se produzca después de la línea del touch.
5. Los puntapiés correctos serán valuados en la siguiente forma: en la primera zona 5 puntos; en la segunda, 10 puntos; en la tercera, 15 puntos; en la cuarta, 25 puntos; en la quinta, 45 puntos.
6. La suma de puntos obtenidos será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Puntería con pelota de fútbol

I. — GENERALIDADES:

Sobre una pared y a partir del suelo, se marcará un cuadrado de 1.50 metros de lado.

A 10 metros de la pared y en forma paralela a la misma, se marcará una línea.

El competidor se ubicará sobre la línea y frente al cuadrado marcado en la pared.

II. — REGLAMENTACION:

1. El competidor tendrá derecho a una sola tentativa;
2. Utilizando cualquiera de sus pies, el competidor dará un puntapié a la pelota con cierta violencia, tratando de hacer puntería en el cuadrado.
3. La tentativa constará de diez puntapiés.
4. Por cada pelota ubicada dentro del cuadrado se computarán 10 puntos.

5. Las pelotas que toquen la línea demarcatoria serán consideradas como ubicadas dentro del cuadrado.
6. La suma de puntos obtenidos será la performance del alumno, sin necesidad de recurrir a tablas de conversión.

Puntería con pelota de handbol

I. — GENERALIDADES:

Sobre una pared y a un metro de altura, se marcará un cuadrado de 1,50 metros de lado.

A 10 metros de la pared y en forma paralela a la misma, se marcará una línea.

El competidor se ubicará sobre la línea y frente al cuadrado marcado en la pared.

II. — REGLAMENTACION:

1. El competidor tendrá derecho a una sola tentativa.
2. Utilizando cualquiera de sus manos, el competidor efectuará diez lanzamientos tratando de hacer puntería en el cuadrado.
3. Por cada pelota ubicada dentro del cuadrado se computarán de diez (10) puntos.
4. Las pelotas que toquen la línea demarcatoria serán consideradas como ubicadas dentro del cuadrado.
5. La suma de puntos obtenida será la performance del alumno, sin recurrir a tablas de conversión.

El Departamento de Educación Física de cada establecimiento escogerá los tests que estime más convenientes para evaluar las técnicas deportivas, pudiendo aplicar otros que aquí no se mencionan.

Estas pruebas deben incorporarse al proceso de la enseñanza.

za sin constituir una actividad más a la que haya que destinar sesiones especiales. Durante las últimas clases del "curso" del deporte de que se trate, será conveniente dedicar unos minutos a controlar numéricamente los progresos de los alumnos, quienes deben ser estimulados para ejercer su autocontrol, llevando sus sucesivas "performances" en tarjetas que queden en su poder.

Esta es una de las posibilidades que la formación de bandos permanentes ofrece para interesar al alumno en su propio perfeccionamiento a través de la competencia.

Al margen del autocontrol personal indicado, el profesor llevará constancia de los resultados de los sucesivos tests del grupo en cuadernos o planillas o, si lo prefiere, en fichas individuales. La consideración de las cifras estadísticas de esos resultados deberá servir al profesor y al Departamento de Educación Física para regular la administración de los programas del establecimiento.

PROGRAMAS SINTETICOS DE LOS DISTINTOS AGENTES DE LA EDUCACION FISICA

La enseñanza de cada deporte y de cada prueba atlética se desarrollará en tres fases sucesivas:

- 1º Enseñanza global con dominante carácter recreativo,
- 2º Enseñanza analítica de las distintas técnicas; y
- 3º Enseñanza global, con marcadas exigencias técnicas.

ATLETISMO

VARONES

PRIMER CURSO

—Carreras de velocidad:

- a) Enseñanza de partidas bajas;
- b) Indicaciones técnicas acerca de la carrera en sí;
- c) Llegadas.

- Salto en largo con impulso, estilo "natural".
- Salto en alto, estilo "tijera".
- Salto en alto, estilo "californiano" (sólo enseñanza global recreativa).
- Carreras de postas: pases "a la americana".
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que el alumno aprecie el progreso alcanzado.

SEGUNDO CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Primer Curso.
- Salto en largo con impulso, estilo "pecho".
- Salto en alto, estilo "californiano" (enseñanza analítica y global técnica).
- Lanzamiento de la bala.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que el alumno aprecie el progreso alcanzado.

TERCER CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Segundo Curso.
- Salto en largo con impulso, estilo "tijera".
- Salto en alto, estilo "barrel roll".
- Lanzamiento del disco.
- Carreras de postas: enseñanza del estilo "europeo".
- Carreras de medio fondo.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que el alumno aprecie el progreso alcanzado.

CUARTO CURSO

- Repaso general de las pruebas enseñadas en los tres cursos anteriores.
- Salto triple.
- Lanzamiento de la jabalina.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el

curso, a fin de que el alumno aprecie el progreso alcanzado.

QUINTO CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Cuarto Curso.
- Carreras con vallas.
- Salto con garrocha.
- Adiestramiento en una prueba a elección del alumno.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que el alumno aprecie el progreso alcanzado.

En los establecimientos en que rija un plan de estudios con más de cinco años, se agregará un sexto "curso" en el que se aplicará, además del contenido del programa del quinto curso, el adiestramiento en una prueba de otro tipo.

MUJERES

PRIMER CURSO

- Carreras de velocidad:
 - a) Enseñanza de partidas bajas.
 - b) Indicaciones técnicas acerca de la carrera en sí.
 - c) Llegadas.
- Salto en largo con impulso, estilo "natural".
- Salto en alto, estilo "tijera" (sólo enseñanza global recreativa).
- Carreras de postas: pases "a la americana".
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso a fin de que la alumna aprecie el progreso alcanzado.

SEGUNDO CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Primer Curso.
- Salto en alto, estilo "tijera" (enseñanza analítica y global técnica).
- Lanzamiento de la bala.

—Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que la alumna aprecie el progreso alcanzado.

TERCER CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Segundo Curso.
- Salto en largo con impulso, estilo "tijera".
- Salto en alto, estilo "californiano".
- Lanzamiento del disco.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que la alumna aprecie el progreso alcanzado.

CUARTO CURSO

- Repaso general de las pruebas enseñadas en los tres cursos anteriores.
- Salto en alto, estilo "barrel roll".
- Lanzamiento de la jabalina.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que la alumna aprecie el progreso alcanzado.

QUINTO CURSO

- Repaso general del Programa enseñado en el Cuarto Curso.
- Carreras con vallas bajas.
- Adiestramiento en una prueba a elección de la alumna.
- Torneo interno con inclusión de pruebas enseñadas en el curso, a fin de que la alumna aprecie el progreso alcanzado.

BASQUETBOL

PRIMER CURSO

I. — Manejo de la pelota

- 1º Posiciones fundamentales (sin elementos), enseñando:
 - a) Toma y recepción de la pelota:
 1. Formas de tomar la pelota.
 2. Posición del cuerpo.

II. — Pases

- 1º Posiciones fundamentales (sin elementos), enseñando:
 - a) Realización y apoyo
 - b) Recepción.
- 2º Tipos de pases:
 - a) Pase de pecho
 - b) Pase sobre cabeza.

III. — Lanzamientos

- 1º Posiciones fundamentales (sin elementos), enseñando:
 - a) Relajación
 - b) Apoyo.
- 2º Lanzamiento con una mano en posición fija
- 3º Lanzamiento con una mano con desplazamiento (bandeja)
- 4º Tiro libre (bajo mano).

NOTA: Fijar los conocimientos I y II, mediante la realización de ejercicios con elementos y/o su aplicación en el juego.

IV. — Defensa y ataque individual

- 1º Defensa:
 - a) Posición fundamental
 - b) Colocación.
- 2º Ataque:
 - a) Posición fundamental
 - b) Dirección
 - c) Saber esperar.

V. — Reglas de juego

- 1º El juego.
- 2º La cancha.
- 3º Equipos (integración).
- 4º Fouls.
- 5º Contacto personal.
- 6º Pelota retenida.

VI. — Tests: Cuestionarios sobre reglas de juego.

SEGUNDO CURSO

I. — Pases

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Primer Curso.

- 1º Velocidad del pase.
- 2º Importancia de la ambidextría.
- 3º Tipos de pases:
 - a) Pase de pique con una y dos manos.
 - b) Pase de beisbol.

II. — Lanzamientos

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Primer Curso.

- 1º Lanzamiento con dos manos en posición fija (de pecho).

- 2º Lanzamiento con una mano con desplazamiento (bandeja).
- 3º Tiro libre (bajo mano y con una mano).

III. — Dribbling

- 1º Posiciones fundamentales (sin elementos), enseñando:
 - a) Dribbling alto y bajo.
 - b) Cambio de velocidad y detención.

IV. — Pivote

- 1º Posiciones fundamentales (sin elementos), enseñando:
 - a) Pivote adelante.
 - b) Pivote atrás.

V. — Movimientos que utiliza el juego

- 1º Carreras y piques.
- 2º Paradas.
- 3º Saltos.

VI. — Defensa y ataque individual

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Primer Curso.

- 1º Defensa:
 - a) Distancia de marcación.
 - b) Dónde mirar al atacante.
 - c) Regreso a la zona defensiva.
- 2º Ataque:
 - a) Ganar la posición con respecto al defensor, mediante carrera, piques, paradas o cambio de velocidad o detención.

VII. — Fundamentos de coordinación de defensa y ataque

- 1º Defensa:
 - a) El retorno a la zona defensiva.

b) La defensa del tablero.

2º Ataque:

- a) El ataque fijo en formación de DOS - UNO - DOS.
- b) Importancia de la formación y posición en el ataque de DOS - UNO - DOS.

VIII. — *Reglas de juego*

- 1º Tiros libres.
- 2º Dribbling y doble dribbling.
- 3º Correr o caminar con la pelota.

IX. — *Tests*: Cuestionarios sobre reglas de juego.

TERCER CURSO

I. — *Pases*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Segundo Curso.

- 1º La visión periférica.
- 2º El valor de los pases como elementos técnicos en el ataque.
- 3º Tipos de pases:
 - a) Pase bajo mano con una mano.
 - b) Pase de gancho.

II. — *Lanzamientos*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Segundo Curso.

- 1º Lanzamiento con dos manos sobre cabeza.
- 2º Lanzamiento con una mano con desplazamiento (bandeja).
- 3º Tiro libre (de pecho).

III. — *Dribbling*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Segundo Curso.

- 1º Importancia de la ambidextría.
- 2º Cambio de mano.

IV. — *Pivote*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Segundo Curso

- 1º Pivote y dribbling.
- 2º Importancia del ritmo de dos tiempos.

V. — *Movimientos que utiliza el juego*

- 1º Desplazamientos: lateral - frente - atrás.
- 2º Giros: adelante - atrás.

VI. — *Defensa y ataque individual*

1º Defensa:

- a) El conocimiento del atacante.
- b) Persecución del atacante.
- c) Las líneas laterales y finales como aliadas del defensor.

2º Ataque:

- a) El conocimiento del defensor.
- b) Cambios de velocidad —pivote y giros—.
- c) El ataque del rebote.

VII. — *Fundamentos de coordinación de defensa y ataque*

1º Defensa:

- a) Defensa de "hombre a hombre" rezagada, determinando a cada defensor un atacante.

2º Ataque:

- a) Enseñar el principio de "pasar y recoger" (el que pasa va en busca de la pelota). Puede utilizarse mediante la formación de DOS - UNO - DOS.

Variantes:

- a) En parejas, desde atrás (back).
- b) En parejas, lateral (back y wing).
- c) En parejas, con el centro (back - wing - centro).

VIII. — *Reglas de juego.*

IX. — *Tests*

Cuestionarios sobre reglas de juego.

CUARTO CURSO

I. — *Pases*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Tercer Curso.

II. — *Lanzamientos*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Tercer Curso.

1º Lanzamiento con una mano sobre cabeza.

2º Lanzamiento de gancho.

3º Tiro libre (sobre cabeza).

III. — *Dribbling*

Revisión de los conocimientos adquiridos en el Tercer Curso.

1º Cambio de ritmo (relacionado con el cambio de velocidad).

IV. — *Pivote*

1º Pivote y lanzamiento.

2º Importancia del ritmo de dos tiempos.

V. — *Movimientos que utiliza el juego.*

1º Cambios de dirección —fintas—.

2º Cambios de dirección —giros—.

VI. — *Fundamentos de coordinación de defensa y ataque*

1º Defensa:

- a) "Defensa de Zona" (formación de DOS - UNO - DOS o TRES - DOS). Enseñar el principio del cuidado de "una zona determinada" en relación con la formación del ataque adversario.

2º Ataque:

a) El ataque cuando el equipo contrario emplea la "defensa de zona".

Enseñar el principio del ataque de la defensa de zona mediante posiciones fijas, condicionada a la formación defensiva.

Reafirmación de los principios fundamentales del:

a) Buen manejo de la pelota.

b) La movilidad de la pelota como recurso para quebrar la formación defensiva.

VII. — *Reglas de juego*

VIII. — *Tests*

Cuestionarios sobre reglas de juego.

QUINTO CURSO

I. — *Pases*

1º Ejercicios con desplazamiento con aplicación de la mayor variedad de pases.

II. — *Lanzamientos*

1º Lanzamiento desde el salto, con una y dos manos.

2º Lanzamiento de "gancho".

3º Tiro libre:

a) Determinación del estilo de lanzamiento.

III. — *Dribbling*

1º Cambios de velocidad.

2º Cambios de ritmo.

3º Cambio de mano.

IV. — *Pivote.*

1º Pivote, dribbling y lanzamiento.

V. — *Fundamentos de coordinación de defensa y ataque*

1º Defensa:

- a) "De hombre a hombre".
- b) "De zona".

2º Ataque:

- a) "De hombre a hombre". Enseñar el principio de "cruces" en la formación DOS - UNO - DOS u otra.
- b) "De zona". Enseñar el principio de penetrar los claros defensivos mediante "cruces" o "cortadas".

VI. — *Reglas de juego*

VII. — *Tests*

Cuestionarios sobre las reglas de juego.

DANZAS FOLKLORICAS ARGENTINAS

Escuelas Mixtas (Plan de estudio de 5 años, excepto Escuelas Normales).

PRIMER CURSO

I. — *Danza*

1º *Elementos*: paso básico y posición de brazos y del cuerpo; *figuras fundamentales*: vuelta entera, media vuelta, giro, contragiro, giro y coronación, zarandeo (exclusivo para las niñas) y zapateo.

- 2º El Gato.
- 3º El Carnavalito.

II. — *Zapateo (exclusivamente para varones).*

- 1º Bases de zapateo.
- 2º Básico.
- 3º Básico caminado.
- 4º Cruzado simple.

SEGUNDO CURSO

I. — *Danza:*

- 1º La Chacarera.
- 2º El Bailecito.

II. — *Zapateo (exclusivamente para varones).*

- 1º Cruzado doble.
- 2º Trabado.
- 3º Repique sureño.

TERCER CURSO

I. — *Danza*

- 1º El Escondido.
- 2º El Cuándo.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones y en el último término lectivo).

II. — *Zapateo (exclusivamente para varones)*

- 1º Cruzado lateral caminado.
- 2º Chairado cruzado.
- 3º Chairado simple.
- 4º Repique norteño.

CUARTO CURSO

I. — *Danza*

- 1º La Huella.
- 2º El Triunfo.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones).

II. — *Zapateo (exclusivamente para varones).*

- 1º Salto con taco.
- 2º Salto con punta.

- 3º Compuesto adelante.
- 4º Repique: sureño y norteño.

QUINTO CURSO

I. — Danza:

- 1º El Palito.
- 2º La Media Caña.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones).

II. — Zapateo (exclusivamente para varones)

- 1º Compuesto atrás.
- 2º Salto con cruce por detrás.
- 3º Cepillado doble.
- 4º Repiques sureño y norteño.

Escuelas de Niñas (no incluye el zapateo)

PRIMER CURSO

I. — Danza:

- 1º *Elementos*: paso básico y posición de brazos y del cuerpo; *figuras fundamentales*: vuelta entera, media vuelta, giro, contragiro, giro y coronación, zarandeo.
- 2º El Gato.
- 3º El Carnavalito.

SEGUNDO CURSO

I. — Danza

- 1º La Chacarera.
- 2º El Bailecito.

TERCER CURSO

I. — Danza

- 1º El Escondido.
- 2º El Cuándo.

CUARTO CURSO

I. — Danza

- 1º La Huella.
- 2º Los Amores.

QUINTO CURSO

I. — Danza

- 1º La Firmeza.
- 2º La Media Caña.

Escuelas de Varones

PRIMER CURSO

I. — Danza

- 1º *Elementos*: paso básico y posición de brazos y del cuerpo; *figuras fundamentales*: vuelta entera, media vuelta, giro, contragiro, giro y coronación, zapateo.
- 2º El Gato.
- 3º El Carnavalito.

II. — Zapateo,

- 1º Bases del zapateo.
- 2º Básico.
- 3º Básico caminado.
- 4º Cruzado simple.

SEGUNDO CURSO

I. — Danza

- 1º La Chacarera.
- 2º El Bailecito.

II. — Zapateo

- 1º Cruzado doble.
- 2º Trabado.
- 3º Repique sureño.

II. — *Zapateo* (exclusivamente para varones):

- 1º Bases del zapateo.
- 2º Básico.
- 3º Básico caminado.
- 4º Cruzado simple.

SEGUNDO CURSO

I. — *Danza*:

- 1º La Chacarera.
- 2º El Bailecito.

II. — *Zapateo* (exclusivamente para varones).

- 1º Cruzado doble.
- 2º Trabado.
- 3º Repique sureño.

TERCER CURSO

I. — *Danza*:

- 1º El Escondido.
- 2º El Cuándo.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones, en el último término lectivo).

II. — *Zapateo* (exclusivamente para varones):

- 1º Cruzado lateral caminado.
- 2º Chairado cruzado.
- 3º Chairado simple.
- 4º Repique norteño.

CUARTO CURSO

I. — *Danza*:

- 1º La Huella.
- 2º El Triunfo.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones).

II. — *Zapateo* (exclusivamente para varones):

- 1º Salto con taco.
- 2º Salto con punta.
- 3º Compuesto adelante.
- 4º Repiques: sureño y norteño.

QUINTO CURSO

I. — *Danza*:

- 1º El Palito.
- 2º La Media Caña.
- 3º El Malambo (exclusivamente para varones).

II. — *Zapateo* (exclusivamente para varones):

- 1º Compuesto atrás.
- 2º Salto con cruce por detrás.
- 3º Cepillado doble.
- 4º Repiques sureño y norteño.

Metodología Especial. (Preparación profesional).

- 1º Voz de mando.
- 2º Dirección del paso básico y de las figuras fundamentales a voz de mando.
- 3º Enlace de las figuras fundamentales a voz de mando.
- 4º Dirección de un Gato con música.
- 5º Metodología de la enseñanza de los elementos y de las figuras fundamentales.
- 6º Bases para la redacción de un programa.
- 7º Planes de clase.
- 8º Motivación de la enseñanza.
- 9º Práctica pedagógica.

FUTBOL

PRIMER CURSO

I. — Técnica individual general

El puntapié:

a) con pelota detenida:

- con el empeine.
- con el borde interno.
- con el borde externo.
- con la punta.
- con el taco.

b) con la pelota en movimiento:

- puntapié a ras del suelo.
- puntapié de volea.
- puntapié de sobrepique.

El pase:

a) Según la distancia:

- pase corto.
- pase largo.
- pase de media distancia.

b) Según la dirección:

- pases longitudinales.
- pases oblicuos.
- pases laterales.

c) pases de primera intención, y pases de segunda intención.

El dribbling:

- a) con toques de la parte interna del pie.
- b) con toques de la parte externa del pie.
- c) con toques alternados de ambos pies.
- d) conducción en línea recta y en zig zag.

Parar la pelota:

- con la planta del pie.
- con el borde interno del pie.

—con el borde externo del pie.

—con el muslo.

—con el pecho.

—con el abdomen.

—con la cabeza.

Jugar la pelota con la cabeza:

—estando parado.

—estando en movimiento.

Distintas maneras de saltar para cabecear.

Saques laterales:

—sin carrera previa.

—con carrera previa.

La marcación del adversario:

—antes que el contrario reciba la pelota.

—en el momento que el contrario recibe la pelota.

—después de haberla recibido el contrario.

—cuando el contrario avanza con la pelota.

El quite de la pelota en las distintas situaciones.

La desmarcación y la permutación de puestos.

Control y dominio de la pelota.

Fintas

II. — Técnica individual especial

Guardavalla:

—Ubicación en el arco:

a) en los tiros libres.

b) en las distintas situaciones del juego.

—Formas de atajar la pelota:

a) en los remates que no le exigen desplazamiento.

b) en los remates que le exigen desplazamiento.

En ambos casos: tiros altos, bajos y a media altura.

Backs y halves:

—Ubicación y desplazamiento:

a) en la defensa.

b) en el ataque.

—Permutación de puestos.

Forwards:

—Ubicación y desplazamiento:

- a) en el ataque.
- b) en la defensa.

—Permutación de puestos.

III. — *Juego.*

IV. — *Conocimiento del reglamento oficial.*

V. — *Tests.*

SEGUNDO CURSO

I. — *Repaso de las técnicas individuales generales y especiales.*

II. — *Técnica general de equipo*

a) En la defensa:

- defensa de zona.
- defensa individual.
- defensa combinada.
- cerrojo.

b) En el ataque:

- con los interiores retrasados.
- con un interior retrasado.
- con el centro delantero retrasado.
- con los punteros retrasados.
- permutaciones.

c) Coordinación entre líneas de defensa y ataque.

d) Trenzas.

e) Cortinas.

III. — *Juego.*

IV. — *Conocimiento del reglamento oficial.*

V. — *Tests.*

HANDBOL (1)

PRIMER CURSO

I. — *Técnica individual general*

Manera de tomar la pelota:

—Pases:

- a) con dos manos: de frente, sobre la cabeza, de costado.
- b) tiro penal.
- c) tiros de esquina y esquina penal.
- d) saques laterales.

—Marcación del adversario:

- a) antes que el adversario reciba la pelota.
 - b) en el momento que el contrario recibe la pelota.
 - c) después de haberla recibido el contrario.
 - d) cuando el contrario avanza con la pelota.
- El quite de la pelota en las distintas situaciones.

—El dribbling.

—Fintas.

Pivotes:

- a) hacia adelante.
- b) hacia atrás.

II. — *Técnica individual especial*

Arquero:

—Ubicación en el arco:

- a) en los tiros libres.
- b) en las distintas situaciones de juego.

—Formas de "trabajar" la pelota:

- a) en los remates que no le exigen desplazamiento.
 - b) en los remates que le exigen desplazamiento.
- En ambos casos: tiros altos, bajos y a media altura.

(1) Se recomienda la inclusión del Handbol de gimnasio por las posibilidades de ser practicado en espacios reducidos.

Backs y halves:

—Ubicación y desplazamiento:

- a) en la defensa.
- b) en el ataque.

—Permutación de puestos.
Delanteros:

—Ubicación y desplazamiento:

- a) en la defensa.
- b) en el ataque.

—Permutación de puestos.

—Lanzamientos al arco:

- a) a pie firme.
- b) en movimiento.

—Tiro de esquina.

—Tiro de esquina penal.

—Tiro penal.

III. — *Técnica general de equipo*

—En la defensa:

- a) defensa de zona.
- b) defensa individual.
- c) defensa combinada.

—En el ataque:

- a) con los dos entreales retrasados.
- b) con un entreales retrasado.
- c) con el centro delantero retrasado.
- d) con los punteros retrasados.

—Permutaciones.

—Colaboración y apoyo entre las distintas líneas y puestos.

—Trenzas.

—Cortinas.

IV. — *Juego.*

V. — *Conocimiento de los reglamentos para el juego en campo y en gimnasio.*

VI. — *Tests.*

HOCKEY SOBRE CESPED

PRIMER CURSO

—Toma del palo.

—Parar la pelota.

—Golpear la pelota.

—Tiro de empuje corto y "flick".

—Tiro de "cuchara".

—Tiro de empuje simple.

—Tiro de revés.

—Dribbling.

—Bully.

—Rodadas.

—Pases.

—Sortear a un contrario.

—Detener la pelota en el aire y bajarla (con el palo o con la mano).

—Predeportivos: juegos de relevos; baby hockey.

—Nociones de seguridad para jugadas de contraataque.

—Desarrollar el sentido de seguridad para consigo mismo y las demás jugadoras.

—Tests.

SEGUNDO CURSO

—Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en el 1er. Curso.

—Noción sobre la colocación de las jugadoras en la cancha:

a) línea de ataque.

b) línea media.

c) línea zaguera.

d) arquera.

—Zona de actuación de cada jugadora.

—Marcación individual y por zonas.

—Tests.

TERCER CURSO

- Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en los cursos anteriores.
- Formación del equipo en la cancha.
- Técnica individual especial para cada puesto:
 - a) línea delantera: actuación de los wingers, insiders y centreforward en defensa y ataque.
 - b) línea media: actuación de los halves y del centrehalf en defensa y ataque.
 - c) línea zaguera: actuación de los backs en defensa y ataque.
 - d) arquera: actuación en las distintas alternativas del juego. Preparación psicológica.
- Técnica general de equipo: nociones de tácticas de ataque y de defensa.
- Tests.

CUARTO CURSO

- Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en los cursos anteriores.
- Técnica general de equipo:
 - a) perfeccionamiento del trabajo de cada línea en ataque y defensa.
 - b) distintas formaciones para el ataque y la defensa.
- Ejercicio de la capitánía.
- Interpretación de las distintas reglas.
- Conocimiento total del Reglamento.
- Tests.

NATACION

(Para la enseñanza del estilo pecho o crawl)

PRIMER CURSO

- Ambientación: inmersiones, juegos, expulsión del aire bajo el agua.
- Flotación.

—Propulsión:

- a) movimientos de piernas.
- b) movimientos de brazos.
- Coordinación de movimientos de brazos y piernas.
- Respiración.
- Coordinación de la respiración con los movimientos de brazos.
- Coordinación de la respiración con los movimientos de brazos y de piernas.
- Práctica de natación en el estilo enseñado.
- Nadar en la posición vertical.
- Zambullida desde el borde.

PELOTA AL CESTO

PRIMER CURSO

- Toma y recepción de la pelota.
- Pases:
 - a) sobre hombro con una mano.
 - b) de abajo o de "alcance".
 - c) sobre el suelo.
 - d) "cacheteo".
- Tiros al cesto:
 - a) con una mano sobre hombro.
 - b) con dos manos sobre la cabeza.
- Fundamentos de acción individual de la "defensa":
 - a) ubicación en el campo entre el cesto y el "ataque".
 - b) marcación de frente con una mano sin contacto personal.
 - c) retención de la pelota estando en manos del "ataque".
 - d) marcación y desmarcación.
- Predeportivos:
 - a) para la acción del pase.
 - b) para el "ataque".
 - c) para la "defensa".
- Colaboración y apoyo entre las distintas jugadoras.

- Distribución del equipo en “ataques”, “pases” y “defensas”.
- Juego progresivamente formal (en las exigencias técnicas y reglamentarias).
- Tests.

SEGUNDO CURSO

- Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en el Primer Curso.
- Pases:
 - a) de lanzamiento.
 - b) de “gancho”.
 - c) oblicuos: bajo mano con una mano; bajo mano con dos manos.
- Fintas:
 - a) cambio de dirección.
 - b) amague con golpe de pie.
- Tiro al cesto, de “gancho”.
- Defensa:
 - a) marcación con una y otra mano.
 - b) marcación con una y otra mano, con retención de la pelota.
 - c) dar lugar al “ataque” en el avance para tirar al cesto.
- Predeportivos:
 - a) para la acción combinada del “pase” y del “ataque”.
 - b) para la acción combinada del “pase”, del “ataque” y de la “defensa”.
- Coordinación del juego.
- Tests.

TERCER CURSO

- Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en los cursos anteriores.
- Pases hacia atrás:
 - a) con una mano sobre el hombro opuesto.
 - b) con una mano sobre el mismo hombro.

- Pivotes en distintas direcciones.
- Tiros al cesto:
 - a) en dos tiempos (“bandeja”).
 - b) en un tiempo.
 - c) de espalda al cesto.
- Defensa: marcación del “ataque” en los amagues.
- Predeportivos: combinación de fintas, pivote y “bandeja”.
- Juego.
- Tests.

CUARTO Y QUINTO CURSOS

- Repaso y perfeccionamiento de las técnicas enseñadas en los cursos anteriores.
- Interpretación y conocimiento total del reglamento.
- Ejercicio de la capitanía.
- Tests.

RUGBY

PRIMER CURSO

I. — Técnica individual general:

- Recibir la pelota de aire.
- Correr con la pelota:
 - a) en una mano
 - b) en dos manos.
- Pasar la pelota.
- “Patear” la pelota:
 - a) de punt (aire)
 - b) de place kick (suelo)
 - c) de drop kick (sobrepique).
- Levantar la pelota del suelo a la carrera.
- Tacklear:
 - a) de costado

- b) de atrás
- c) de frente.
- Defensa contra el tackle: el hand off.

II. — *Técnica individual especial:*

- Formación del scrum con tres jugadores (1ª línea).
- Nociones del trabajo del hooker .
- Formación del line out con tres jugadores.
- Nociones del trabajo del medio scrum especialmente. aperturas desde el line out.
- Formación y trabajo de la línea de “tres cuartos”.

III. — *Técnica general de equipo:*

- Colaboración y apoyo al jugador que lleva la pelota.

IV. — *Juego informal con reglas adaptadas.*

SEGUNDO CURSO

- Repaso general del programa enseñado en el Primer Curso.

I. — *Técnica individual general:*

- Amague de pase.
- Dribbling.
- Parar al dribbling.
- Defensa contra el tackle:
 - a) cambio de paso
 - b) el swerve o extravío.
 - c) el side step o paso lateral.

II. — *Técnica individual especial:*

- Formación del scrum (3-2-3).
- Técnica del “hooqueo”.
- Colaboración de los pilares con el hooker.
- Marcación de la “tercera línea”.

- Técnica y juego del line out.
- Formación del scrum volante.
- Ubicación de los medios, tres cuartos y back en los scrums, line out y en las distintas situaciones del juego.

III. — *Técnica general de equipo:*

- Colaboración y apoyo entre los distintos “puestos” y “líneas”.

IV. — *Juego formal.*

V. — *Conocimiento de las reglas de juego.*

SOFTBOL

PRIMER CURSO

- Manera de tomar la pelota.
- Manera de tirar la pelota:
 - 1) péndulo.
 - 2) sobre hombro.
- Manera de recibir la pelota:
 - 1) de aire.
 - 2) de un pase.
- Bateo: elementos básicos.
- Juegos de iniciación.
- Juego con un primer reglamento adaptado y con dificultades progresivas.
- Tests.

SEGUNDO CURSO

- Manera de tirar la pelota:
 - 1) pase de costado.
 - 2) lanzamiento.
- Manera de recibir la pelota: por el suelo.
- Manera de correr las bases: deslizamiento.
- Juegos predeportivos.

- Juego con un segundo reglamento con mayores dificultades.
- Tests.

TERCER CURSO

- Técnica individual especial de cada jugador en defensa: función, ubicación y desplazamiento.
- Fundamentos de ataque y defensa.
- Juego reglamentario.
- Tests.

VOLEIBOL

PRIMER CURSO

I. — Fundamentos

1. Posiciones básicas.
2. Desplazamientos:

a) en distintas direcciones	con inmediata adopción de
b) con distintas velocidades	posición básica.
3. Recepción y pase de la pelota:
 - a) Recepción en la posición básica: ⁽¹⁾
 - con dos manos.
 - con una mano.
 - b) Pase:
 - con una mano, de arriba (tipo saque de tenis).
 - con una o dos manos, de abajo.
 - con dos manos, de arriba.
4. Salto básico:
 - a) para pasar.
 - b) para enviar la pelota al otro campo.
 - c) para rematar la jugada.

(1) En el comienzo de la enseñanza, como recurso metodológico, se reemplazará el golpe reglamentario de la pelota por una recepción de la misma frente a la cara y su posterior empuje hacia arriba, con altura y dirección determinadas. Progresivamente, deberá reducirse el tiempo de empuje de la pelota hasta llegar al golpe reglamentario.

II. — *Juego informal con reglas adaptadas, a fin de disminuir las exigencias técnicas.*

III. — *Conocimiento de las reglas fundamentales.*

IV. — *Tests.*

SEGUNDO CURSO

I. — *Repaso general del Programa enseñado en el Primer Curso.*

II. — *Fundamentos:*

1. Posiciones básicas: mediana, alta y baja.
2. Desplazamientos: adelante atrás y laterales.
3. Caídas y rolos.
4. Pases al frente.
5. Saques de abajo y de costado (reglamentarios).
6. Golpe a la pelota de abajo (una y dos manos).
7. Remate básico (en cualquier lugar de la red).
8. Apoyo y cubrimiento.
9. Recuperación de la pelota de la red.

III. — *Juego progresivamente formal. Se exigirá el golpe reglamentario cuando las circunstancias sean propicias para ello. El ataque se llevará a cabo en forma de remate.*

IV. — *Conocimientos tácticos elementales.*

V. — *Reglamento del juego: su enseñanza tendrá lugar cuando las necesidades del juego lo requieran.*

VI. — *Tests.*

TERCER CURSO

I. — *Repaso general del Programa enseñado en el Segundo Curso.*

II. — *Fundamentos:*

1. Saques: de abajo y tenis.
2. Pases al frente y atrás (altos, bajos, cortos y largos).
3. Remate básico. Remate con salto en una pierna.
4. Defensas bajas: rolos de pecho, espalda y costado (zambullida "secante").

5. Recuperación de la pelota de la red.
6. Bloqueo con uno y dos jugadores.

III. — *Condicionamiento de la técnica a la táctica de juego según el grado de preparación alcanzado.*

IV. — *Juego formal.*

V. — *Conocimiento total del reglamento oficial.*

VI. — *Tests.*

CUARTO Y QUINTO CURSOS

I. — *Repaso general del Programa enseñando en el Tercer Curso.*

II. — *Perfeccionamiento de los fundamentos enseñados en el Segundo y Tercer Cursos.*

III. — *Ejercitación intensiva.*

IV. — *Adiestramiento.*

V. — *Competencia.*

ANEXO Disp. Nro. 55/74

NORMAS (e INSTRUCCIONES) PARA LA ADMINISTRACION DE LOS CONTENIDOS PROGRAMATICOS DE EDUCACION FISICA EN LA ENSEÑANZA MEDIA

Norma 1): Las presentes Normas serán de aplicación obligatoria en todos los ciclos y cursos de los establecimientos de enseñanza de nivel medio oficiales y privados, en que se dicte Educación Física.

Instrucciones: No requiere.

Norma 2.): En los institutos en que la asignatura se dicte, con autorización de esta Dirección Nacional, dentro del horario general de clases, o en otras circunstancias muy especiales, el Departamento de Educación Física estudiará la adecuación más conveniente a esta nueva modalidad de trabajo, planteo que deberá hacer conocer a este organismo.

Instrucciones: La dificultad que este nuevo enfoque originase en la organización de la tarea docente en esos establecimientos, podría determinar una aplicación parcial del mismo. No obstante ello, sus autoridades y, en forma muy especial, los respectivos Departamentos de Educación física deberán arbitrar los recursos necesarios para lograr el mayor grado de aproximación en la aplicación de esta modalidad de trabajo.

Norma 3): Se establecen las siguientes nóminas de actividades que podrán ser impartidas en las clases de Educación Física:

PARA VARONES	PARA NIÑAS
Atletismo	Atletismo
Básquetbol	Gimnasia
Esgrima	Hockey sobre Césped
Fútbol	Natación
Gimnasia	Pelota al Cesto
Handbol	Softbol
Natación	Voleibol
Rugby	Tennis
Softbol	Esquí
Voleibol	
Rcmo	
Tennis	
Esquí	
Montañismo	

Instrucciones: Las nóminas consignadas, incluyen algunas actividades que no figuran en el programa oficial, en atención a posibilidades típicamente regionales, y sólo serán incluidas en el ofrecimiento que se haga el alumnado para la opción, siempre que el establecimiento asegure una sistematicidad en su administración.

Norma 4): Cada establecimiento seleccionará, de esas nóminas de actividades, las que ofrecerá en opción a sus alumnos.

Instrucciones: Para la selección de las actividades, que el establecimiento ofrecerá en opción a sus alumnos, el Departamento de Educación Física deberá tener en cuenta:

- 4.1. Que su desarrollo permita asegurar una real afectividad, en el aprendizaje y práctica, y en el logro de los objetivos propuestos por este nuevo enfoque.
- 4.2. La disponibilidad de adecuadas instalaciones y suficiente material didáctico.
- 4.3. Que respondan a los intereses y necesidades de los alumnos.
- 4.4. Que permitan satisfacer los requerimientos de la comunidad.
- 4.5. La conveniencia de difundir algunas actividades.

El Departamento seleccionará por sexo, no más de tres actividades para someterlas a la opción de los alumnos, salvo situaciones especiales en que por numerosa población escolar, y previendo una mayor aptencia, sea factible ampliar ese margen.

El primer día de clase deberá hacerse conocer a los alumnos la nómina de actividades propuestas por el establecimiento, y las normas a que se ajustará la elección y posterior participación de aquéllos.

Asimismo, y en los casos que así correspondiere, se indicará el o los elementos necesarios para las prácticas, que habrán de procurarse en forma individual o por grupo.

Se sugiere la conveniencia de efectuar una información similar a los padres, cuya opinión puede servir para orientar la elección de sus hijos.

Norma 5): Conforme con lo señalado en la norma anterior, el alumno elegirá aquella actividad que responda a sus intereses.

Instrucciones: El alumno elegirá de la nómina propuesta, y fijando un orden de prioridad, las actividades que desea realizar. Aunque en la práctica solo podrá participar en una de ellas, al indicar otras alternativas, posibilitará al Departamento de Educación Física:

- 5.1. La integración de grupos numéricamente equilibrados;
- 5.2. El desplazamiento hacia otra actividad del o de los alumnos que, pese a haber optado por una tarea, no pueden participar de la misma como consecuencia del escaso número de inscriptos.

Cuando el alumno elija una actividad cuya práctica demande el empleo de elementos que deben ser provistos por él (tennis, hockey, esquí, etc.) su determinación deberá ser avalada con la firma de su padre, en señal de conformidad.

Norma 6): Se determina que Natación, por considerarse actividad vital, deberá ser enseñada obligatoriamente a todos los alumnos en aquellos establecimientos que tengan posibilidad de impartirla, sin perjuicio de que el educando pueda elegir, además, otra actividad.

Instrucciones: Con relación a la actividad natación, deberá darse prioridad a los alumnos que no sepan nadar. Si las posibilidades de disponibilidad de natatorios lo permiten, podrán constituirse grupos de alumnos que, sabiendo nadar, deseen perfeccionar sus estilos.

Respecto a las clases de este agente, es aconsejable la utilización de tres sesiones semanales de 40 min. de duración.

Al encararse la enseñanza de natación deberá procurarse, al igual que con las otras actividades, el adecuado acondicionamiento físico para la práctica de dicho deporte.

Norma 7): La orientación de los contenidos programáticos, en los distintos años del plan de estudios tendrán las siguientes características:

- a) En 1er. año, la formación física básica y un muestreo de las actividades seleccionadas de conformidad con lo establecido en la Norma 4).
- b) A partir de 2do. año, enseñanza, práctica y competencia de las actividades elegidas por los alumnos, complementadas por la formación física y el necesario acondicionamiento para cumplir con aquellas.

Instrucciones:

a) En primer año, a fin de completar la formación física básica, el Departamento de Educación Física deberá elaborar un programa integrado por actividades gimnásticas y atléticas.

Con relación al muestreo de las actividades seleccionadas distribuirá el tiempo total del año destinado para ello, de modo que los alumnos reciban el conocimiento mínimo necesario que les permita posteriormente efectuar una opción adecuada.

- b) A partir de 2do. año deberá continuarse con la ejercitación gimnástica y atlética, como parte de la formación física básica, a la que se agregará el acondicionamiento físico que requiere la actividad elegida. Es decir que la gimnasia y la actividad atlética se darán en apoyo del deporte, y/o para compensar las falencias de éste. La programación específica de la actividad seleccionada por el alumno, debe contemplar su enseñanza, práctica y competencia y tendrá que ser confeccionada para cada uno de los niveles que se establezcan. Incluirá asimismo las pruebas de evaluación que permitan comprobar el rendimiento obtenido.

Norma 8): Los establecimientos que constaten, a través del Departamento de Educación Física que los alumnos de 1er. año tienen un conocimiento y un nivel de capacidad suficiente para las actividades que se desarrollarán, quedan exceptuadas de realizar el muestreo a que hace referencia el apartado a) de la norma anterior..

Instrucciones: Para estos casos será de aplicación a partir de 1er. año, la programación establecida en los dos últimos párrafos del apartado b) de las instrucciones de la norma anterior.

Norma 9): Cualquiera sea la modalidad que se adopte, se determina que, en 1er. año el 40 % del número total de clases anuales, estará destinado a ejercicios gimnásticos y atléticos, para asegurar la formación física básica.

Instrucciones: A partir de 2do. año, quedará a criterio del Departamento Educación Física el porcentaje que se asignará a cada actividad.

Norma 10): Para el desarrollo de las actividades el alumno será agrupado según la opción efectuada. En consecuencia, no interesará fundamentalmente el año de estudios al que pertenezca, estableciéndose que en lo posible se integrarán los grupos con alumnos de cursos paralelos.

Instrucciones: En cada actividad, los grupos deberán constituirse con alumnos del mismo nivel de curso (agrupación horizontal). Si en razón de población escolar escasa no fuera factible seguir este criterio, se agruparán alumnos de cursos inmediatos inferiores o superiores.

Norma 11): Dentro de cada "círculo" se podrán construir los grupos que fueren necesarios de acuerdo con los niveles de capacidad de los alumnos.

Instrucciones: Para facilitar la tarea en la primera etapa de aplicación de este nuevo enfoque programático, se aconseja trabajar en cada actividad, solamente en dos niveles: principiantes y adelantados. Para establecer esta clasificación se sugiere la conveniencia de utilizar tests de aptitud.

Norma 12): La cantidad de grupos de trabajo a constituirse en cada establecimiento no podrá en ningún caso, exceder a la que por Disposición hubiere fijado o fijare esta Dirección Nacional.

Instrucciones: El número total de grupos a constituirse, deberá coincidir con la asignación presupuestaria.

Norma 13): Al comienzo de cada año escolar el alumno podrá reiterar o modificar la opción anterior salvo en el último año de estudios en que deberá mantener la elección efectuada en el curso precedente.

Instrucciones: El Departamento de Educación Física deberá manejar criteriosamente esta norma, a fin de evitar desplazamientos injustificados de los alumnos, que desvirtúen el objetivo perseguido con este enfoque.

Excepcionalmente el Departamento, podrá aconsejar y/o autorizar un cambio de actividad, durante el año escolar.

Norma 14): La guía programática deberá estar apoyada por competencias internas en las que deberán participar la totalidad de los alumnos incorporados a la actividad y consecuentemente, con obligatoria intervención del establecimiento en las correspondientes Competencias Intercolegiales.

Instrucciones: El cumplimiento de esta norma, permitirá a todos los alumnos aplicar lo aprendido, a situaciones reales de juego, a la vez que experimentar la vivencia de la participación en la competencia del deporte.

Se distinguen tres tipos de competencia, que deberán realizarse con carácter de obligatorias en cada uno de los deportes seleccionados:

- a) Divisionales: o sea la interna dentro de cada grupo de trabajo, y con la participación de la totalidad de los alumnos;
- b) Intercursos o Intergrupos: Con la intervención de los equipos seleccionados de cada uno de ellos; e
- c) Intercolegial: De la que participará la selección del establecimiento.

INSTRUCCIONES COMPLEMENTARIAS

- De los docentes:

Corresponde dar a los profesores, la posibilidad de elegir la actividad en la que desean desempeñarse, estableciendo un orden de prioridad.

El Departamento de Educación Física decidirá la asignación de grupos, en función de la capacidad técnica de los docentes, para cada especialidad.

Un recurso de inestimable valor educativo, es la formación de cuerpos de auxiliares deportivos entre los alumnos. Estos se constituyen así, en colaboradores del profesor, multiplicando su accionar, al atender dentro de la clase, a compañeros de diferentes niveles de capacitación, pudiendo además participar activamente en la organización, conducción y realización de competencias, integración de clubes, ligas, etc.

- De los alumnos eximidos por distancia o trabajo:

Los alumnos que se encontraren en las situaciones señaladas, deberán rendir examen sobre el programa desarrollado por el grupo a que pertenecen como resultado de su opción, lo que efectivizarán en la misma oportunidad que el resto de sus compañeros.

Igual criterio se aplicará para los alumnos impedidos de realizar actividades prácticas por razones de salud —total o parcialmente—, pero con obligación de concurrencia a clases, cuando por no obtener promedio anual de aprobación, deban rendir la asignatura.

- Pautas aconsejadas para la aplicación de este enfoque:

El Departamento de Educación Física, determinará los deportes de opción y registrará los intereses de los profesores para su administración.

- Informará a los alumnos y notificará a sus padres, sobre las actividades seleccionadas y procedimientos de aplicación de este enfoque de trabajo.
- Registrará la opción de los alumnos;
- Agrupará los alumnos por actividad;
- Evaluará capacidades técnicas, para establecer niveles dentro de cada especialidad, y formará los grupos.
- Asignará grupos a los profesores y confeccionará horarios atendiendo la situación de revista.

Esta enunciación no establece un ordenamiento correlativo, ya que algunos pasos podrán cumplimentarse simultáneamente.

- Proyectos de trabajo:

Los establecimientos comprendidos en la Norma 2 elevarán del 1ro. al 15 de abril, a la Dirección Nacional de Educación Física, Deportes y Recreación o al respectivo Inspector Regional, según corresponda, el proyecto de trabajo elaborado por el Departamento. La remisión de este documento, para su análisis, no debe dilatar la iniciación de las clases prácticas. Las consideraciones u observaciones que se formularen con posterioridad, servirán para reajustar el trabajo sobre la marcha.

ADVERTENCIA:

En Separata se edita:

- Reglamento General de Calificaciones Exámenes y Promociones, Capítulo VI - De la Educación Física
- Resol. 183/81: Reglamentación Especial para la asignatura Educación Física
- Decreto 3012/69: Jefe de Departamento.
- Disp. 146/84: Contenidos Básicos Obligatorios para Campamentos de Corta y Larga Duración.

Este libro se terminó de imprimir en junio de 1984
en el taller gráfico de Ediciones Goudeñas, Defensa 856
Tel. 362-6335 - Buenos Aires (Rca. Argentina)
Libro de Edición Argentina - Hecho en la Argentina

De último momento:
Anexo a la disposición Nro. 146/84 de la Dirección Nacional de
Educación Física, Deportes y Recreación
**CONTENIDOS BASICOS OBLIGATORIOS PARA CAMPAMENTOS
CAMPAMENTO DE 48 Horas**

Aspecto Psicomotor:

- Realización de una caminata;
- realización de actividades que contengan las siguientes habilidades motoras: trepar, saltar, deslizarse, correr.

Aspecto Socio-afectivo:

- Realización de:
 - Actividades comunitarias;
 - actividades concientizantes del respeto a la naturaleza;
 - una comida rústica;
 - un fogón de contenido espiritual;
 - una veleda recreativa o juego nocturno;
 - diario oral;
- Enseñar a: cantar en grupo;
- Enseñanza del: cuidado de la higiene personal.

Aspecto cognitivo:

- Aprendizaje de:
 - armado y desarmado de carpas;
 - nudos, uso de sogas;
 - diferentes tipos de fuego.
- Realización de:
 - un juego de rastreo de pistas;
 - un juego de acecho y persecución;
 - un juego sensorial;
 - estudio del medio.

CAMPAMENTO DE 15 DIAS

Aspecto Psicomotor:

- Realización de:
 - una caminata corta;
 - una caminata larga;
 - un ascenso (campamento de montaña), o
 - una caminata con carga (campamento de llanura);
 - actividades que contengan las siguientes habilidades motoras: trepar, saltar, reptar, deslizarse, correr.
- Aprender a: hachar y acarrear leña.

Aspecto Socio-afectivo:

- Realización de:
 - actividades comunitarias;
 - actividades concientizantes de respeto a la naturaleza;
 - una comida rústica;
 - guardias nocturnas, exaltando el espíritu de servicio;
 - juego del "Amigo invisible";
 - diario oral y mural;
 - un fogón de contenido espiritual;
 - una velada de sonidos y de sombras;
 - un juego nocturno.
- Enseñar a: cantar en grupo.
- Enseñanza del: cuidado de la higiene personal.
- Promover: momentos de meditación, ej: percibir los sonidos de la noche;
- debates sobre temas de interés de los acampantes.

Aspecto cognitivo:

- Aprendizaje de:
 - nudos;
 - empalmes;
 - construcciones rústicas;
 - diferentes tipos de fuego;
 - técnicas de orientación;
 - primeros auxilios.
- Realización de:
 - un juego de rastreo de pistas;
 - un juego de observación;
 - un juego de acecho y persecución;
 - un juego sensorial;
 - una excursión o paseo;
 - estudio del medio.