



Ministerio  
de **Educación**

# aprendiendo en movimiento

Programa Escolar de Actividad Física



El presente programa nace como un recurso de implementación para las tres horas de actividad física en horario escolar, que se suman a las vigentes (dos horas), después de una consciente y profunda reflexión sobre los procesos deseables para favorecer el desarrollo de nuestros niños y jóvenes, que los prepare para la vida en democracia en nuestro país y en el mundo.

Nuestro proyecto de país desea ciudadanos autónomos, críticos, libres, saludables, que gocen de calidad de vida, tal como se desprende de la Constitución, la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) y el Plan Nacional del Buen Vivir 2013-2017:

**Artículo 27 de la Constitución de la República del Ecuador:** *“La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar”.*

**Artículo 3, literal g, de la LOEI, Fines de la educación:** *“La contribución al desarrollo integral, autónomo, sostenible e independiente de las personas para garantizar la plena realización individual, y la realización colectiva que permita en el marco del Buen Vivir o Sumak Kawsay”.*

**Y en el objetivo 3, de la política 3.7 del Plan Nacional del Buen Vivir 2013-2017:** *“Mejorar la calidad de vida de la población” y “Fomentar el tiempo dedicado al ocio activo y el uso del tiempo libre en actividades físicas, deportivas y otras que contribuyan a mejorar las condiciones físicas, intelectuales y sociales de la población”.*

En el contexto internacional, tanto desde las áreas de Educación Física<sup>1</sup> como de Salud<sup>2</sup>, se recomienda la práctica de actividad física de al menos sesenta minutos diarios en edad escolar. Esta recomendación se puede enlazar con la Declaración Internacional sobre Educación Física (noviembre de 2010) del International Council of Sport Science and Physical Education (Consejo Internacional de Ciencias del Deporte y Educación Física), que dice: *“la educación física desarrolla competencias físicas de forma que los niños y niñas puedan moverse eficientemente, efectivamente y con seguridad y entienden lo que están haciendo. El resultado, la alfabetización física, es una base esencial para su completo desarrollo y logros”*.<sup>3</sup>

En esta línea, la National Association of Sport and Physical Education (EE.UU) define a la persona **físicamente educada** como aquella que: **a.** ha aprendido las habilidades necesarias para ejecutar una variedad de actividades físicas; **b.** está en forma física; **c.** participa regularmente en actividad física; **d.** conoce los beneficios e implicaciones de involucrarse en actividades físicas; **e.** valora la actividad física y su contribución a un estilo de vida saludable.<sup>4</sup>

En definitiva, la Educación Física busca crear en los chicos un hábito de movimiento corporal que les facilite en el presente y en el futuro decidir sobre sus vidas de un modo pleno y satisfactorio, tanto personal como colectivamente.

El reto que se plantea hoy nuestro país, en el marco del proyecto político educativo que lleva adelante,

es superar un preocupante cuadro de sedentarismo<sup>5</sup> (los indicadores de inactividad y baja actividad física de 78,1% -sumados- en la población adolescente; así como 45%, sumados, de la población adulta) y lograr que nuestros niños y jóvenes abracen y se apropien significativamente de la cultura física, para que de manera autónoma y crítica, participen y disfruten del inmenso universo del cuerpo en movimiento.

La Educación Física, como parte del sistema educativo en Ecuador, asume justamente esa misión: **incorporar la actividad física culturalmente significativa en la formación integral del ciudadano, para que su práctica habitual, saludable y responsable contribuya a su realización individual y colectiva en el marco del buen vivir**<sup>6</sup>.

El Ministerio de Educación ha asumido el gran desafío de abrir los sentidos a lo que el mundo de la Educación Física a nivel internacional sugiere, es decir asumir un enfoque educativo socio-cultural e inclusivo, pero sobretodo de ser coherente y consistente con el proyecto del país, que se centra en el desarrollo holístico de sus ciudadanos. La decisión de aumentar las horas lectivas semanales de Educación Física de dos<sup>7</sup> a cinco (como establece el Acuerdo Ministerial 41-2014 del Ministerio de Educación), supone un gran paso hacia esa educación holística, que sin embargo plantea varios desafíos, entre los que se presentan como inmediatos:

- El desarrollo de una propuesta curricular sólida: **inclusiva, pertinente, realista y realizable.**
- La formación docente en el área de Educación Física.
- La comunicación y construcción social sobre lo que es la Educación Física.

1. The National Association for Sport and Physical Education -<http://www.aahperd.org/naspe/publications/teachingTools/PAvsPE.cfm>

2. Organización Mundial de Salud. Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud, 2010. [http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_recommendations/es/](http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/)

3. Cita textual en inglés: “Physical education develops physical competence so that all children can move efficiently, effectively and safely and understand what they are doing. The outcome, physical literacy, is an essential basis for their full development and achievement.”

4. National Association of Sport and Physical Education, Moving Into the Future: National Standards for Physical Education. A Guide to Content and Assessment (1995)

5. Encuesta Nacional de salud y Nutrición - ENSANUT-ECU 2011-2013. Resumen Ejecutivo/ Tomo 1

6. Misión de la Educación Física en Ecuador, consensuada por los miembros de la comisión interinstitucional conformada por los ministerios de Salud, Deportes y Educación, para el proceso de revisión y actualización curricular de Educación Física. Puenbo, 19 de marzo de 2014

7. Horas de EF planteadas en el documento: Currículo de Educación Física para la Educación General Básica y Bachillerato 2012



## II. Del Programa Escolar de Actividad Física hacia el currículo de EF

La construcción curricular es un proceso sistemático y exhaustivo que requiere revisar los contenidos que actualmente se imparten en las clases de Educación Física, contrastarlos con nuevas teorías y prácticas, así como con la realidad de nuestros territorios, y a partir de ahí realizar la actualización curricular correspondiente. Este proceso, que implica también un plan de comunicación y de implementación, se ha iniciado ya en el país, teniendo en cuenta, entre otros elementos, el cambio de la carga horaria de dos a cinco horas lectivas semanales, contemplado en el Acuerdo 41-2014, de 11 de marzo, del Ministerio de Educación.

En tanto se va desarrollando el proceso de actualización curricular de EF, que requerirá varios meses de trabajo, el Mineduc ha asumido la determinación de incorporar estas tres nuevas horas lectivas semanales de Educación Física, a partir del inicio del nuevo año lectivo del ciclo Costa en mayo de 2014, a través del Programa Escolar de Actividad Física “Aprendiendo en movimiento”.

### ¿En qué consiste?

Se trata de un programa que estará integrado por una serie de bloques temáticos, que contendrán diversos tipos de juegos, actividades gimnásticas y otras prácticas corporales que, en clave lúdica, se proponen poner en movimiento a nuestros estudiantes, a la vez que se trabajan distintos objetivos de conocimiento corporal, habilidades motrices, de interacción social y ambiental; favoreciendo el descubrimiento y profundización de otros saberes escolares y la articulación de los valores, en términos de idea, con sus necesidades de operativización cotidiana en actos sociales.

### ¿Cuánto dura?

Este Programa está previsto para los años lectivos 2014-2015, de ciclos Costa y Sierra, y a partir del año lectivo 2015-2016 se articulará al currículo de EF, hoy por hoy en proceso de actualización.

### ¿Cómo se implementará?

Las instituciones educativas recibirán un instructivo que contendrá principalmente:

- La definición de los bloques temáticos, los contenidos y actividades sugeridas.
- La explicación de los conceptos y áreas a trabajar en cada bloque.
- Las fuentes de información o tutoriales para guiar a los docentes a la hora de poner en marcha las actividades del programa.

El Programa, al estar conformado por una selección de bloques temáticos donde los contenidos sugeridos serán principalmente juegos y actividades recreativas, podrá ser aplicado y dirigido por todos los docentes, sin que sea imperativo ser especialista.

### Una herramienta versátil

La selección de contenidos del Programa si bien se realiza bajo un criterio pedagógico, éstos solo conforman una guía para orientar el trabajo docente en las tres horas semanales adicionales de Educación Física. No se trata de una “receta” inamovible, puesto que el docente, en función de su criterio requerirá tomar las decisiones de selección o adecuación de las actividades que considere mejores pedagógica y didácticamente hablando, de acuerdo al contexto. Lo que siempre deberá respetarse es el objetivo de vincular a nuestros estudiantes con la cultura del cuerpo y el movimiento.



# III. Sobre las 5 horas de Educación Física para el período lectivo 2014-2015



El uso de las cinco horas de Educación Física se dividirá en dos bloques:



Dos horas para impartir EF de acuerdo a lo establecido en el documento: Currículo de Educación Física para la Educación General Básica y Bachillerato 2012 vigente en el sistema educativo (<http://educacion.gob.ec/documentos-pedagogicos>).

Tres horas semanales para la aplicación del Programa Escolar Nacional de Actividad Física: “Aprendiendo en movimiento” (a expedirse a finales de abril de 2014), cuyas características principales son:

El Programa tiene como objetivo principal poner a los estudiantes en movimiento a través de una selección de juegos y actividades recreativas, que aportarán a su desarrollo físico, emocional, psicomotriz, socioafectivo y cultural.

Las tres horas semanales de actividad física del Programa deberán realizarse en tres días diferentes, es decir una hora por día, preferentemente en las primeras horas de la jornada.

Las actividades seleccionadas como contenidos del Programa pueden ser dirigidas por cualquier docente, sin necesidad de que sea especialistas, ya que por su naturaleza no requieren conocimientos técnicos específicos, sino criterio pedagógico y didáctico para seguir y/o adecuar los contenidos al contexto donde se desenvuelven.

El Programa incorporará las definiciones, conceptos y fuentes de información, que se requieran para el desarrollo de las actividades propuestas.

Estas unidades temáticas se podrían realizar en patio de juegos, canchas, en espacios verdes alrededor de la UE, en las aulas.

