

APRENDIZAJES ESPERADOS Y CAMPOS FORMATIVOS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA



La planeación didáctica constituye uno de los pilares fundamentales de la práctica docente en educación física, ya que permite organizar, orientar y dar sentido pedagógico a las experiencias de aprendizaje que se desarrollan a través del movimiento. En el contexto de la educación básica, planear no implica únicamente estructurar actividades físicas, sino anticipar intencionalmente los aprendizajes, seleccionar estrategias pertinentes y considerar las características del alumnado, el contexto escolar y los propósitos formativos del currículo vigente.

Desde el enfoque del Plan y Programas de Estudio 2022, la planeación didáctica se concibe como un proceso flexible, reflexivo y contextualizado, orientado al desarrollo integral del estudiante. La educación física, al formar parte del campo formativo de lo humano y lo comunitario, requiere planeaciones que integren la motricidad, la convivencia, la inclusión y el bienestar, superando modelos tradicionales centrados únicamente en la repetición de ejercicios o en el rendimiento físico.

La planeación por unidades permite organizar el proceso de enseñanza-aprendizaje a mediano plazo, estableciendo una secuencia coherente de contenidos, estrategias y evaluaciones que responden a los aprendizajes esperados y a los enfoques pedagógicos de la asignatura. En educación física, una unidad didáctica articula varios elementos: el propósito formativo, los contenidos motrices y socioemocionales, las estrategias didácticas (juego motor, retos cooperativos, expresión corporal), los recursos y los criterios de evaluación. Esta visión integral favorece la progresión de los aprendizajes y evita la improvisación o fragmentación de las actividades.

Por su parte, la planeación por sesiones corresponde al nivel micro de la intervención docente y se centra en la organización detallada de cada clase. Una sesión de educación física debe contemplar momentos claramente definidos –como inicio, desarrollo y cierre–, cada uno con una intencionalidad pedagógica específica. En el inicio, se busca activar al grupo, recuperar saberes previos y generar motivación; en el desarrollo, se proponen actividades motrices que favorezcan los aprendizajes esperados; y en el cierre, se promueve la reflexión, la autoevaluación y la consolidación de lo aprendido.

Un aspecto clave de la planeación didáctica en educación física es la coherencia entre objetivos, actividades y evaluación. Las actividades propuestas deben responder directamente a los aprendizajes que se pretende desarrollar, y la evaluación debe centrarse en los procesos, la participación, el esfuerzo, la convivencia y el progreso individual, más que en el desempeño físico estandarizado. En este sentido, la planeación incorpora instrumentos de evaluación formativa como listas de cotejo, rúbricas, registros de observación, autoevaluaciones y coevaluaciones.

Asimismo, la planeación didáctica debe considerar la diversidad del alumnado. Esto implica prever adaptaciones pedagógicas para estudiantes con diferentes ritmos de aprendizaje, condiciones físicas, contextos socioculturales o barreras para el aprendizaje y la participación. Una planeación inclusiva contempla variantes de las actividades, uso flexible del espacio y del material, así como estrategias cooperativas que permitan la participación de todos los estudiantes.

Otro elemento esencial en la planeación es la seguridad. El docente de educación física debe anticipar riesgos, organizar adecuadamente el espacio, seleccionar materiales apropiados y establecer normas claras de convivencia y cuidado. La planeación responsable garantiza ambientes de aprendizaje seguros y propicios para el desarrollo de experiencias motrices positivas.

Desde una perspectiva profesional, la planeación didáctica no debe entenderse como un documento rígido o meramente administrativo, sino como una herramienta pedagógica viva, susceptible de ajustes y mejoras a partir de la observación, la reflexión y la evaluación continua. El análisis de la propia práctica permite al docente retroalimentar sus planeaciones, fortaleciendo su capacidad para responder a las necesidades reales del alumnado.

En síntesis, la planeación didáctica por sesiones y unidades en educación física es un proceso esencial para garantizar una enseñanza con sentido educativo, coherente con el currículo y orientada al desarrollo integral. A través de una planeación intencionada, flexible e inclusiva, el docente transforma el movimiento en una experiencia formativa que contribuye al bienestar, la convivencia y la formación humana de las y los estudiantes.

Referencias:

Blázquez, D. (2015). Didáctica de la educación física: La construcción del conocimiento en acción. INDE.

Álvarez, J. (2019). La educación física escolar: Aportaciones al desarrollo integral. INDE.

Ruiz Pérez, L. M. (2004). Competencia motriz y educación física. INDE.