

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD 096 D. F. NORTE

El juego, una innovación metodológica para el conocimiento
de la educación física, con alumnos de 3° y 4° grado de
primaria

SILVIA RODRÍGUEZ MARTÍNEZ

Proyecto de Innovación Docente (Intervención Pedagógica), presentado para
obtener el título de Licenciada en Educación

México, D. F. 2000

DICTAMEN DEL TRABAJO PARA
TITULACION

México, D. F., a 21 de noviembre del 2000

C. PROFRA. SILVIA RODRIGUEZ MARTINEZ
P R E S E N T E

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo, intitulado " EL JUEGO, UNA INNOVACION METODOLOGICA PARA EL CONOCIMIENTO DE LA EDUCACION FISICA, CON ALUMNOS DE 3° Y 4° GRADO DE PRIMARIA " opción PROYECTO DE INNOVACION DOCENTE (INTERVENCION PEDAGOGICA) a propuesta de la asesora Profra. DORA I. MORALES GALINDO manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorable su trabajo y se autoriza a presentar su examen profesional.

ATENTAMENTE
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"


PROFR. ALBERTO LUNA RIBOT
PRESIDENTE DE LA COMISION DE TITULACION
DE LA UNIDAD 096 D.F. NORTE.



S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD 096
D. F. NORTE

Con admiración y amor
a esos seres maravillosos,
tiernos y alegres
que me han dado la oportunidad
de lograr las metas propuestas,
por permitirme robarles
el tiempo que era para ellos
Sandra y Guillermo

Con profundo amor
a mi compañero y amigo
por todos los momentos
felices y adversos.
Gracias por tu apoyo
José

“Gracias MAMÁ”
por todo el tiempo, paciencia
y dedicación que me
has regalado durante toda
mi vida. A toda mi familia,
amigos y maestros
que me han brindado su apoyo y
trasmitido su entusiasmo,
alegría y confianza.

INTRODUCCIÓN.....	7
I. ¿QUÉ ES EDUCACIÓN FÍSICA?	
A) Mi interés por la educación física	10
B) Opinión de alumnos, maestros y padres de familia acerca de lo que entienden por educación física.....	13
C) Educación física.....	17
a) Programa vigente de educación física.....	19
b) La importancia de la educación física.....	20
II. DESARROLLO INTEGRAL DEL EDUCANDO	
A) Aprendizaje escolar.....	22
B) ¿Qué es psicomotricidad?.....	24
a) Wallon.....	25
b) Piaget.....	27
c) Le Boulch.....	29
III. EL JUEGO EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, APLICADO SISTEMÁTICAMENTE Y CON UNA PERSPECTIVA DIFERENTE	
A) El juego.....	31
a) Piaget.....	32
b) Vigostky.....	33
c) Brunner.....	33
B) Objetivos y finalidades del juego.....	34
C) La educación física y el juego aplicados desde una perspectiva diferente.....	36
a) Propósitos de la educación física.....	44
b) Planeación de las actividades en educación física.....	50
c) Plan de trabajo	51

IV. EVALUACIÓN DE LA ALTERNATIVA

A) Evaluación.....	55
--------------------	----

CONCLUSIONES	66
--------------------	----

BIBLIOGRAFÍA.....	69
-------------------	----

ANEXOS.....	71
-------------	----

INTRODUCCIÓN

La educación física no es deporte, aunque algunos tengan esa percepción, estoy cada día más convencida de que la educación física debe modificar ésta concepción y mirar con ojos pedagógicos la formación de los niños, dándole un carácter principalmente lúdico. Aún y cuando algunos pensamos que debe ser así, poco se ha hecho por modificar dicho concepto.

Considero que ha llegado el momento de hacer a un lado esa visión y conferirle a mi especialidad (educación física) un carácter eminentemente pedagógico, enfocando mi práctica docente para que a través del juego, el alumno desarrolle aprendizajes significativos ya que éste es un elemento importante y necesario en el desarrollo integral del alumno, brindándoles con ello la posibilidad de aprender jugando.

Tomando en cuenta que mi labor docente es formadora, es decir; que construye y organiza los distintos factores que intervienen el proceso educativo, es necesario vigilar los avances y posibles retrocesos; despertar el interés y la capacidad creadora de los educandos, generando una participación entusiasta y activa por parte de éstos.

La participación activa implica la incorporación de experiencias, en las que el individuo aporte, sugiera, actúe y decida, para lo cual tuve que buscar una nueva alternativa de práctica docente en la que se propicie un aprendizaje significativo y sistemático para el alumno.

Considero que no he conseguido lo anterior y me he cuestionado ¿Cómo realizar los cambios necesarios en mi labor docente para lograrlo?, esto me llevó a una reflexión en la que me doy cuenta de que no basta tener recursos materiales nuevos, novedosos y suficientes, sino más bien renovar la metodología, el ánimo y la disposición para revalorar la acción docente.

En mi práctica, me he percatado que los alumnos no saben que es la educación física, lo que me parece preocupante, creía que de alguna forma se los había tratado de enseñar, pero considero que ha faltado una adecuada metodología para que los alumnos reflexionen en lo que realizan en la clase.

Por medio de la evaluación diagnóstica y de un cuestionario, detecté el

grado de conocimiento que se tiene sobre la educación física, a la que confunden con deporte.

Por tal motivo realicé un proyecto de intervención pedagógica que está directamente relacionado con la enseñanza-aprendizaje en mi práctica docente logrando que los alumnos valoren y aprendan la importancia de la educación física en su vida cotidiana, ya que por medio de ella pueden mejorar en distintos aspectos de su desarrollo y en la integración a su familia, escuela y sociedad. Consiguiendo, además objetivos no previstos, pero muy importantes como son la adquisición de hábitos, valores, etc.

Lo anterior, considerando que el objetivo del programa de educación física es que los alumnos adquieran un desarrollo integral y no únicamente formar campeones y mucho menos niños frustrados por no ser aptos físicamente para algún deporte, es decir; formar niños sanos física y mentalmente.

Por tal motivo el presente trabajo es de reflexión y crítica hacia mi labor docente con el objetivo de poder llevar a cabo una transformación en la concepción y la importancia que mis alumnos le otorguen a la clase de educación física.

El texto está dividido en cuatro capítulos. El primero contiene lo que sería un diagnóstico del problema detectado, haciendo referencia a distintas fuentes utilizadas para recabar la información necesaria, sustentada por el programa vigente de educación física y un panorama general de lo que ésta significa.

En el segundo capítulo se presenta un sustento teórico del desarrollo integral, el aprendizaje y la forma como se presenta en los alumnos, aborda ¿Qué es psicomotricidad? Desde el punto de vista de varios autores como Wallon, Piaget y Lebouch,

El tercer capítulo se refiere a la importancia de la planeación sujetos, factores, tiempos, instrumentos a utilizar es decir; ¿El quién? ¿El qué?, ¿Para qué?, ¿Cómo?, ¿Con qué?. Y en él se presenta el plan de trabajo con el que se llevó a cabo la aplicación de la alternativa, asimismo indico que "El juego es una acción o actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijos de tiempo y lugar, según una regla libremente consentida, pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí, acompañada de una sensación de tensión y júbilo"¹.

¹ HUIZINGA, Johan, *El homo ludens*, EMECE, Buenos Aires, 1968, p.132

Se retoman teorías de autores como Piaget, Brunner y Vigostky. En los que se valora el juego desde una perspectiva diferente a lo realizado en mi práctica anteriormente.

En el cuarto capítulo se plantea que la evaluación es importante para el proceso enseñanza-aprendizaje, se realizó la misma para valorar la alternativa aplicada y mejorar la práctica docente, principalmente se tomaron en cuenta; el análisis de resultados cuantitativos y cualitativos, se elaboraron gráficas para ilustrar los resultados obtenidos.

También se presentan anexos para tener un referente claro y preciso de los instrumentos utilizados durante la aplicación de la alternativa.

CAPITULO I

¿QUÉ ES EDUCACIÓN FÍSICA?

A) Mi interés por la educación física

Antes de terminar la secundaria me dediqué a buscar escuelas para proseguir con mis estudios; la que me llamó más la atención fue la Escuela Nacional de Educación Física (ENEF), considero que fue debido a que familiares y amigos consideraron que tenía cualidades deportivas ya que destacaba en esta práctica y me convencí de que ese era mi camino; para mí, dicha profesión era sinónimo de deporte.

Durante mis estudios y a través de la práctica docente (23 años) le he tomado mucho cariño a mi profesión y he encontrado lo que significa vocación de servicio, así mismo he llegado a la conclusión de que la asignatura de educación física es un elemento importante para lograr en el alumno una educación integral. El desempeño de un profesor de educación física en la escuela, está orientado por planes y programas de estudio, así los contenidos de los programas han estado orientados por los siguientes enfoques²:

1. "Militar" (1940), caracterizado por la rigidez del trabajo docente y el énfasis en los ejercicios de orden y control.
2. "Deportivo" (1960), limitó su enseñanza-aprendizaje a fundamentos deportivos y buscaba talentos para competencias.
3. "Psicomotriz" (1974), resaltó una relación indisoluble entre el desarrollo psíquico y motor.
4. "Orgánico funcional" (1988), consideró a las habilidades motrices como su contenido general, fragmentó contenidos de habilidades físicas y organización del esquema corporal.

² SEP, Programa de Educación Física, SEP, 1994, p. 248.

5. "Motriz de Integración Dinámica" (1993), concibe la formulación de los propósitos en relación directa con la solución de problemas, brinda al profesor las posibilidades de identificar y aprovechar al máximo los beneficios que ofrece la actividad física para el desarrollo de las habilidades, hábitos y actitudes relacionadas con el movimiento corporal, evita la fragmentación del conocimiento y abre la posibilidad de dar un sentido pedagógico a todas las situaciones que se generan alrededor de las actividades físicas propuestas por el profesor o el mismo alumno.

En mi trayectoria laboral he trabajado con tres programas diferentes: el psicomotriz, el orgánico funcional y el actual que es motriz de integración dinámica. Este último, en lo particular, tiene una visión más cercana de lo que yo pretendo, es contribuir a la formación integral de los niños, en sus aspectos cognitivo, socioafectivo y psicomotor por medio de la clase de educación física y la forma de enseñarla.

Por tal motivo uno de mis objetivos es estar en constante superación para lo cual he asistido a cursos, seminarios, conferencias y congresos, en los cuales he adquirido muchos conocimientos; pero esto no significa que la metodología aplicada por mí, en la práctica, haya sido la más adecuada.

Para lograr lo anterior decidí ingresar a la Universidad Pedagógica Nacional ya que con ello, pensé que podría mejorar mi práctica docente. En el primer año sentía que los conocimientos que adquiría no podía emplearlos en la asignatura que imparto, fue a partir del segundo año en que descubrí que sí era posible aplicarlos, porque en base a la teoría que hasta ese momento tenía, podía conocer el desarrollo de los alumnos en sus distintas áreas.

También me percaté de algunas fallas que como docente estaba cometiendo, eran el no lograr conjugar la teoría con la práctica y pude comprender el por qué a la educación física por lo general se le ha relegado y minimizado por parte de padres de familia, maestros, alumnos y medios de comunicación, ya que ellos al igual que yo cuando inicié mi carrera, equiparan al deporte con la educación física.

Esto último pude comprobarlo al leer unas entrevistas realizadas por la revista *Educación 2001*, a algunas personas que se desenvuelven en el ámbito deportivo, las cuales trabajan dentro de los medios de comunicación y en una institución como lo es la Universidad Nacional Autónoma de México, y que desafortunadamente transmiten conceptos erróneos.

La pregunta realizada en las entrevistas fue; ¿Qué es educación física? y algunas respuestas fueron:

"La preparación física es muy buena en las carreras de fondo y medio fondo en el atletismo, en el canotaje, así como en el fútbol, la percepción que tenemos es que quizá sea poco eficiente: Gilberto Fuentes Peña (preparador físico del equipo de fútbol profesional Pumas de la UNAM).

La educación física empieza desde niño, pero esas clases no son tan buenas desafortunadamente, en la escuela nunca hubo una buena preparación física, la educación física no ha recibido el valor y la importancia debida para lograr el éxito: Sergio Bernal (portero de los Pumas).

Recuerdo que cuando ibamos a la escuela primaria la educación física era como una hora de recreo más y solo servía para divertirse y echar la cascarita: Fernando Schwartz (director de deportes Televisa).

En general en México hay una deficiente educación física, porque se le da poca relevancia en la instrucción, en la actualidad se valora más lo intelectual que lo físico, siendo esto un error grave, es importante colocar a la psicomotricidad en el centro del estudio, para desarrollar el manejo del cuerpo, para escribir, hablar y caminar, cuando se trabaja el cuerpo es para la decoración, buena presentación e imagen y no como herramienta clave del desarrollo personal: Rose Eisenberg (Investigadora de la UNAM, Maestra y Doctora en ciencias de la comunicación)"

[Otros como por ejemplo] Luis Cáceres Alvarado (Director de actividades deportivas y recreativas de la UNAM) opinó que "el concepto de educación física es muy genérico, amplio, versátil: aspira a que el joven aprenda a conocerse a sí mismo mediante la coordinación de su cuerpo. Otro ámbito vinculado a esa disciplina es la posibilidad de que el sujeto conozca los fundamentos deportivos"³

Al leer las entrevistas me preocuparon mucho los juicios y conceptos que dichas personas emitieron, porque la equiparan con preparación física, para realizar deportes, forma de diversión en la escuela, para desarrollar la psicomotricidad, herramienta clave para el desarrollo personal, otros aspectos: coordinación del cuerpo y conocer los fundamentos deportivos, están encaminadas hacia lo que es la cuestión meramente deportiva y estética, no se presenta un concepto claro y se dice lo que no es, pero sin explicar lo que es,

³ HERNÁNDEZ, Isaura. "Educación física y deporte, una evaluación". *Educación 2001*, México, 1996, p. 6-10.

aunque algunos coinciden en que a la educación física se le da poco valor, al hacer una meditación al respecto, surgió en mi la pregunta ¿Qué pensarán referente a la educación física los alumnos, maestros y padres de familia de mi comunidad?

B) Opinión de alumnos, maestros y padres de familia acerca de lo que entienden por educación física.

Para conocer la respuesta a mi interrogación realicé por un lado, indagación en diversas fuentes bibliográficas que me ofrecieran información sobre la educación física, por otro lado realicé entrevistas y apliqué cuestionarios a los sujetos mencionados en mi comunidad escolar, también llevé a cabo un diario de campo de cómo realizaba mi práctica docente como profesora de educación física. Lo cual dio como resultado entender que existe una problemática al respecto, ya que ciertamente mucha gente equipara la educación física con los deportes y no saben para qué les puede servir ésta.

▲Respecto a los alumnos realicé un diario de campo con los alumnos de la escuela Maestro Mario de La Cueva (21-1008) de sexto grado (A y B) durante el ciclo 1997-1998, el cual consistió en que los alumnos escribieran lo que se realizó durante tres sesiones de la clase de educación física, para conocer qué es lo más significativo de la clase para ellos.

Los resultados obtenidos fueron desalentadores, porque me di cuenta que a los alumnos, en un 80%, lo que más les interesó fue lo que realizaban durante los juegos libres como fútbol, resbaladillas, columpios y basquetbol, con la finalidad de entretenerse, con lo que corroboré que lo importante para ellos durante la clase son los deportes principalmente.

Posteriormente se les preguntó lo siguiente a los alumnos de tercero a sexto año: ¿Qué es educación física? el resultado para mí fue alarmante porque mis alumnos no saben qué es "educación física" ya que las respuestas obtenidas las relacionaron de la siguiente manera: con el ejercicio el 41%, deporte 23%, salud 17%; desarrollo mental 9%; con estos resultados corroboré que no tienen una idea clara de lo que significa la educación física, y menos aún para qué les sirve.

Además, se aplicó un cuestionario a los niños de 1º a 6º grado (330) de la

misma escuela, a los alumnos de primero y segundo grado se les aplicó con la ayuda de los estudiantes de sexto grado. También aplicó el mismo cuestionario a un total de 100 alumnos de 5° y 6° grado de la escuela Constitución de Apatzingan (21-1011), escuelas de la zona 154 turno matutino, con la finalidad de contrastar las respuestas para determinar las diferencias y similitudes de lo que piensan y saben acerca de la educación física en ambas escuelas, obteniéndose la siguiente estadística.

En relación a la pregunta, ¿Qué materia te gusta más? Los alumnos de ambas escuelas tienen preferencia, el 21% y 23% respectivamente por la educación física (ver cuadro 1) lo que significa el interés que despierta esta asignatura en los alumnos, considerándose como un buen punto de partida, aunque faltaría determinar si esto es debido a que practican deporte, juegan y se divierten, es decir, verla como un esparcimiento, lo que no es juzgable, sino más bien la pregunta sería ¿Cómo se integra en la escuela la educación física para el desarrollo integral del alumno?.

Cuadro 1. Asignaturas que prefieren

ASIGNATURAS	ESC.21-1008	ESC.21-1011
Educación física	21%	23 %
Matemáticas	22%	20%
Español	20%	18%
Deporte	0%	8%
Educación cívica	.4%	2%

Aquí cabría destacar que en la segunda escuela, el 8% de los alumnos manifestó que la materia que más les gusta es deportes, lo anterior me da a entender que en esa escuela consideran los deportes como una materia igual a educación física.

Respecto a la pregunta: ¿Consideras que la educación física te beneficia en algo? En ambas escuelas coinciden en que les ayuda en su salud en un 45% y 24% respectivamente, para estar fuertes 16% y 11%.

En la escuela 21-1008 el 15% contestó que para su desarrollo mental, esto lo considero como un pequeño paso para seguir trabajando y tratar de lograr que

una mayor cantidad de alumnos consideren a la educación física como parte importante en su desarrollo integral y no solo muscular, el 8% lo relacionan con el juego; sin embargo en la escuela 21-1011 el 39% lo equiparan con el deporte y el 5% para adelgazar.

Otra de las preguntas realizadas fue: ¿Qué haces en tu tiempo libre? Un 28% respondió que jugar, un 21% videojuegos, 17% televisión, 13% leer, 13% entrenar y 6% dormir, si sumamos los porcentajes de videojuegos y los que ven televisión nos da un resultado mayor que los que prefieren jugar; también se pudo observar (aunque mínimo porcentaje) que algunos niños prefieren dormir, considero que desaprovechan su tiempo libre, y esto también es reflejo de una incidencia mínima o nula de la educación física en algunos alumnos para saber aprovechar su tiempo libre de manera eficiente.

En la educación de los niños, es importante mencionar que algunos medios de comunicación juegan un papel nocivo, ya que generalmente los programas están plagados de violencia, sexo, racismo, etc., y algunos medios de comunicación han privilegiado los fines comerciales, perjudicando de esa manera a la población, también han sido un control político y enajenante, ya que por medio de ellos los niños consumen todo lo que se les ofrece (de la vista nace el amor), en la escuela los alumnos llegan con todas las novedades que anuncian, lo cual provoca en otros frustración al no poder adquirirlas o consumirlas.

Las máquinas de videojuegos ocupan en la actualidad un lugar preponderante en el tiempo de los alumnos, y se ha visto que en exceso son perjudiciales, ya que enajenan y trastornan las ideas de los chicos, la violencia que impera en los juegos se ve reflejada en algunas actitudes de los alumnos.

También se les preguntó ¿Qué juegos se practican en donde tú vives? En un 40% fútbol, 25% basquetbol, 28% ninguno y 7% varios, puedo constatar que algunos juegos tradicionales como *stop*, burro castigado, saltar la cuerda, escondidas, canicas, yoyo, etc., se han ido perdiendo, ya que muy pocos niños los juegan. Cuando lo jugamos durante las clases muchos de los niños no los conocían, se observa la poca preocupación de los padres por enseñar y a los hijos los juegos tradicionales y menos aún el jugar con ellos.

- ♣ Respecto a los padres de familia también se realizó un cuestionario a 100 padres de familia de los alumnos de 5° y 6° año por ser los que más tiempo

han estado en el plantel escolar los comentarios de los padres de familia acerca de lo que es la educación física fueron en el sentido de equipararla con los deportes, mejorar la salud, estar sanos y fuertes y sobretodo para que sus niños se cansen y “no den lata”, un mínimo porcentaje consideran que la educación física los ayudará en el aprendizaje de otras materias. Una de las respuestas que más me llama la atención en la que los padres refieren que es para que se cansen sus hijos y no den lata, percibo que la ven como si fuera una actividad de relleno y en la que interviene únicamente lo físico, afortunadamente no es así en la mayoría de los padres.

- ▲ Con respecto a los profesores, se aplicó un cuestionario también a 18 maestros en la escuela 211008, en el cual se obtuvo que el 80% de los profesores tienen un concepto correcto de lo que es la educación física, ya que mencionan que es parte importante en su desarrollo integral, para su salud física y mental, desarrollo motriz, adaptación social, lo que permite una interrelación con otras materias. El otro 20% opinaron que la educación física es hacer ejercicio y que los alumnos se cansen y no causen problemas.

Los resultados obtenidos me dan la oportunidad de comprender que los conocimientos que tienen la mayoría de alumnos, padres de familia y las personas relacionadas con el ámbito deportivo referente a ¿Qué es educación física?, son mínimos y erróneos, ya que la equiparan con el concepto de deporte. Pero al mismo tiempo pude comprobar que algunos padres de familia, maestros y alumnos de la escuela en que laboro (21-1008) tienen una visión más cercana a lo que es realmente la educación física, lo cual me infunde ánimos para iniciar un trabajo en el que la mayoría (totalidad) lleguen a conocer lo que es y lo que representa la educación física en la formación integral del niño.

Entiendo que la distorsión que existe es porque hay muy poca información, por el desinterés de los medios de comunicación acerca del tema, y el poco interés de los especialistas de la materia ya que en ocasiones no se tienen definidos claramente los objetivos sobre lo que debiera ser una clase de educación física.

Con este diagnóstico pude comprobar que existe un problema al respecto, porque estaba segura que de alguna forma he tratado de que mis alumnos aprendan qué es la educación física, a través de las actividades realizadas durante las clases, pero ¡oh, sorpresa!, no es así y es lo que me hizo reflexionar: considero que me han faltado elementos teóricos para aplicar la enseñanza-

aprendizaje de una manera significativa para el alumno, mediante una reflexión de lo que realizan durante la clase, buscando la manera de que ellos valoren y aprendan lo que es en sí la educación física, bueno; pero no todo fue sombrío, algo satisfactorio es comprobar que les agrada la clase de "educación física", lo que significa un paso adelante para empezar el cambio en la concepción que tienen de ella, para esto, a continuación abordaré lo que es la asignatura de educación física, su relación en el programa vigente de primaria y su importancia en la educación.

C) Educación física

Es importante señalar que la educación es un hecho social que se realiza desde la antigüedad y se caracteriza por ser un proceso que permite transmitir conocimientos, hábitos, ideas y costumbres de generación en generación cuyo fin es el preservar la cultura y la sociedad misma.

En cuanto a educación, Platón dice : "*Mente sana en cuerpo sano*"⁴ y sería dar al cuerpo y al espíritu toda la belleza y perfección que eran capaces. Otra definición indica que es el proceso mediante el cual una persona desarrolla su capacidad física e intelectual, volviéndose apta para enfrentarse positivamente a un medio social determinado e integrarse a él con los aportes de su personalidad"⁵.

Para mi educación escolarizada sistemática, en donde interviene la escuela es un proceso de enseñanza-aprendizaje que busca la superación "física, intelectual y socioafectiva" del individuo.

Ahora, enunciaré conceptos académicos que refieren que la educación física es: "Disciplina científico-pedagógica que busca formar las capacidades físicas en sus respectivas fases sensibles, considerando sus efectos internos, así como los externos (higiene, nutrición, medio ambiente y descanso), cuya

⁴ Diccionario de frases célebres, Olimpo, México, 1961 p. 150

⁵ M., Ende, Momo, en UPN, El juego, Antología Básica, Licenciatura en Educación, UPN, México, 1994, p. 120

finalidad es educar al cuerpo a través del movimiento como antecedente a cualquier actividad especializada "⁶.

"La Educación Física es la parte de la educación que utiliza de una manera sistemática las actividades físicas y la influencia de los agentes naturales: aire, sol, agua, etc., como medios específicos".

"Deporte: es toda actividad física con carácter de juego que adopte forma de lucha consigo mismo o con los demás o constituya una confrontación con los elementos naturales"⁷.

La educación física como materia obligatoria dentro de la educación primaria está estipulada en el Diario oficial de la Federación en el artículo 7º dice: "Contribuir al desarrollo integral del individuo para que ejerza plenamente sus capacidades humanas. Estimular la Educación física y el deporte"⁸.

Considero a la educación física como una asignatura que contribuye al desarrollo armónico e integral del educando, por medio de la práctica sistemática de actividades que favorecen el crecimiento y desarrollo sano del organismo y propician el descubrimiento y perfeccionamiento de las posibilidades de acción motriz, cognitivas y socioafectivas.

Asimismo, a través de la practica de juegos, deportes y recreación se fortalezca la integración del alumno a los grupos en los que participe para promover la formación de actitudes y valores, como la confianza y seguridad en sí mismo, la conciencia de las posibilidades propias, el respeto a las posibilidades de los demás, la solidaridad con los compañeros, pero algo muy importante para mí es la reflexión que el alumno pueda y deba realizar al momento de enfrentarse a determinada situación y su manera de solucionarla.

El programa de educación física contempla factores (motrices, sociales, afectivos, intelectuales, actitudes, hábitos, valores), que son sus principales propósitos, ya que no es el objetivo formar campeones y mucho menos niños

⁶ Programa de...*op. cit.*, p. 248.

⁷ Diario Oficial de la federación, SEP, Ley general de Educación, 13 de julio de 1993, p. 42.

⁸ *Idem.*

frustrados por no ser aptos físicamente para algún deporte, en la actualidad afortunadamente el propósito es tratar de formar niños sanos en todos los aspectos mencionados, en virtud de que el ser humano se compone de mente y cuerpo.

Por medio de mi practica docente, y lo aprendido de ella, mi objetivo es llevar a cabo una transformación en la concepción y la importancia que mis alumnos le otorguen a la clase de educación física. Tomando como base el programa vigente de educación física, mismo que a continuación presento.

a) Programa vigente de educación física.

El programa vigente maneja ejes temáticos: lo cual permite la selección de una misma actividad para que el profesor pueda enfatizar la atención del alumno hacia diferentes componentes y elementos de los cinco ejes temáticos que a continuación mencionaré (ver cuadro 2).

Cuadro 2. Ejes temáticos.

EJES TEMÁTICOS	INDICADOR	COMPONENTE	ELEMENTOS
I Estimulación perceptivo motriz	Capacidad coordinativa	Conocimiento y dominio del cuerpo Sensopercepciones Experiencia motrices básicas	Equilibrio, respiración, relajación, postura. Orientación, reacción, ritmo sincronización, diferenciación, adaptación
II Capacidades físicas condicionales	Condición física	Fuerza Velocidad	General, rápida De reacción, máxima, frecuencia de movimiento.

		Resistencia	De media duración
		Flexibilidad	General, especial
III Formación deportiva básica	Destreza motriz	Iniciación deportiva	Juegos orgsnizados, predeportivos, fundamentos técnicos.
IV Actitud física para la salud	Interés por la actividad física	Nociones y conceptos para la práctica del ejercicio físico	Higiene, alimentación, descanso, conservación del medio, efectos del ejercicio físico en el organismo.
V Interacción social	Actitudes positivas	Actitudes Valores culturales	Individuales, sociales. Juegos tradicionales, bailes regionales, danzas autóctonas.

Fuente: Programa de educación física. SEP, México, 1994, pp. 81-87

En el cuadro anterior se puede observar las partes del programa de educación física, a continuación explico la importancia de la educación física.

b) La importancia de la educación física

La manifestación motriz, como resultante de funciones y procesos biológicos, psicológicos y socioafectivos, está presente en la capacidad del niño para moverse, en el interés que manifiesta por participar en actividades que requieren de su movimiento corporal y en la necesidad de actividades físicas que son indispensables para conservarse saludable e interactuar con su grupo social de manera eficiente.

El aprendizaje corporal es considerado objeto educativo como lo pueden ser los otros aprendizajes. El hombre tiene que aprender a utilizar su cuerpo en las mejores condiciones y de la forma más eficaz, según los fines que persiga en

cada momento, y no se entiende muy bien por qué esto se ha dejado abandonado al tipo de aprendizaje mecánico. El hombre nace con unas capacidades físicas transmitidas genéticamente, pero éstas no se actualizan si no es a través de la actividad, del ejercicio, y muchas de éstas no llegarán a su plenitud si no se ejercitan en el momento oportuno (fases sensibles).

Por lo anteriormente expuesto, respecto de lo poco o nada que saben de la asignatura de educación física, lo cual pude darme cuenta de acuerdo al diagnóstico realizado, considero que el alumno por sus características propias de desarrollo y crecimiento en la etapa escolar (primaria) es un ser que se interesa en forma natural por la actividad física y el juego ignorando que estos, son elementos importantes para su desarrollo integral.

Mi intención es que el alumno de una manera consciente entienda por medio del juego lo que es la educación física y sus beneficios, pero ¿Cómo hacerle para que los alumnos en la clase logren un desarrollo integral?, “QUE LOS ALUMNOS de 3º y 4º GRADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA APRENDAN LO QUE ES LA EDUCACION FISICA Y LO QUE REPRESENTA PARA SU DESARROLLO INTEGRAL”, una alternativa de solución es el juego, el cual es de interés para el alumno y realizado de una manera sistemática es una herramienta didáctica con grandes posibilidades (lo cual ya he comprobado). Es indudable que por medio de la acción los niños aprenden y cambian su concepción acerca de lo que es la materia de educación física.

Para lograr el propósito anterior, es necesario tener los conocimientos que sustenten lo anteriormente dicho, mismos que se encuentran en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO II

DESARROLLO INTEGRAL DEL EDUCANDO

A) Aprendizaje escolar

Empezaré por definir que es el aprendizaje y como se presenta en el alumno "Aprendizaje es el conjunto de procesos dinámicos encargado de la formación de estructuras y sistemas operacionales por medio de los cuales el organismo construye y modifica estándares de su mundo para poder adaptarse a las demandas que sobre él ejerce su medio ambiente"⁹.

Ausubel dice que aprendizaje escolar es "La esencia del aprendizaje significativo, reside en que las ideas expresadas simbólicamente son relacionadas de modo no arbitrario, sino sustancial con lo que el alumno ya sabe. El material que aprende es potencialmente significativo para él. El aprendizaje significativo, ya sea por recepción, ya sea por descubrimiento, se opone al aprendizaje mecánico, repetitivo, memorístico"¹⁰. Este tipo de aprendizaje es el que me gustaría enseñar y que mis alumnos lo adquirieran a través de la educación física.

La clave del aprendizaje significativo está en la vinculación sustancial de las nuevas ideas y conceptos con el bagaje cognitivo del individuo. Por lo tanto, tenemos que, el aprendizaje es un proceso complejo que dura desde el nacimiento hasta la muerte y se dice que se ha aprendido cuando se ha modificado algún aspecto de su conducta (individuo), esto origina transformaciones. El individuo está en un proceso continuo de aprendizaje y éste se realiza en la persona a través de su interacción con el medio ambiente, con esta actividad sobre las cosas se modifica a sí mismo. Esto constituye las experiencias del sujeto, condición para cualquier aprendizaje.

El propósito de la escuela es capacitar al alumno para que aproveche todos los estímulos que el contacto con la realidad le proporciona. Es decir que aprenda a aprender. Para que esto se de, se requiere que el alumno sea capaz de percibir todo tipo de estímulos a través de los sentidos y se enfrente a una

⁹ PEREZ, G. Angel, Los procesos de enseñanza-aprendizaje, en UPN, Corrientes pedagógicas contemporáneas. Antología Complementaria, LE'94 UPN, México, 1994, p. 19

¹⁰ A. Maigre, Nacimiento y diferenciación del concepto de educación psicomotora, en UPN, El desarrollo de la psicomotricidad en edad preescolar. Antología Básica, LE'94 UPN, México, 1995, p. 16

situación nueva que exige de la persona una respuesta que esté de acuerdo con sus necesidades, posibilidades, preparación, capacidad, madurez.

Los alumnos aprenden efectivamente solo en la medida en que se enfrentan a situaciones nuevas, para las cuales no tiene respuesta previa. Considera útil e interesante estudiar, investigar, experimentar, buscar soluciones por sí mismos y percibe los logros obtenidos.

Al profesor en el proceso enseñanza-aprendizaje, en relación con sus alumnos, le corresponde; Contribuir a que perciban claramente los logros u objetivos que deben alcanzar, para lo cual tomará en cuenta¹¹:

- ❖ Graduar las dificultades que deben afrontar.
- ❖ Seleccionar las actividades pertinentes.
- ❖ Ayudar a que superen las deficiencias que presentan.
- ❖ Asesorar en la distribución de su tiempo.
- ❖ Comunicar los logros y fallas con el fin de estimularlos y orientarlos en sus esfuerzos.
- ❖ Orientar el aprendizaje
- ❖ Estimular, asesorar y coordinar las actividades de los alumnos.

Es importante mencionar los factores que intervienen en el aprendizaje escolar (cuadro 3)

Cuadro 3 . El aprendizaje escolar y sus factores

ORGANICOS	SOCIALES	PSICOLÓGICOS
Integridad del sistema nervioso central (S:N:C).	Relaciones Padres-hijos	Inteligencia, cognición, percepción
Organos perceptuales	Estimulación lingüística	Memorización ,
Organos ejecutores	Estimulación familiar y escolar	razonamiento, abstracción
Psicomotricidad	Relaciones escolares	Evaluación, motivación
Funcionamiento del (S.N.C)	Experiencias diversas	AFECTIVIDAD
	Situación sociocultural	

Fuente: RUIZ, Armando, Aprendizaje escolar, p. 68.

¹¹GÓMEZ, Palacio Margarita, El niño y sus primeros años en la escuela. SEP, México, 1995, p.54-57

Los anteriores conceptos forman al ser humano y si alguno de estos factores no esta en equilibrio incide negativamente en el aprendizaje y desarrollo socioafectivo del alumno, para lo cual se hace necesario saber qué elementos conforman a la educación integral (cuadro 4).

Cuadro 4. Las áreas que forman la educación integral

AREA COGNITIVA	AREA PSICOMOTRIZ	AREA AFECTIVA
Aprendizaje intelectual desde la simple memorización hasta las técnicas de gran capacidad creadora son las actitudes intelectuales.	Aprendizaje de movimientos simples y complejos que permitan conductas motrices eficaces según el medio son as aptitudes físicas.	Aprendizaje de normas y de convivencia que permitan buenas relaciones y la cooperación entre individuos. El carácter, las actitudes y valores.

Fuente: MENDOZA, Beatriz, Todos los niños pueden aprender, p. 4.

En el cuadro anterior la educación integral comprende un área de Psicomotricidad y es a la que la educación física le da mayor importancia, pero sin dejar de lado los otros aspectos como son: socioafectivo y cognitiva.

B) ¿Qué es psicomotricidad? (Esquema 2)

Esquema 2. Elementos que componen a la psicomotricidad



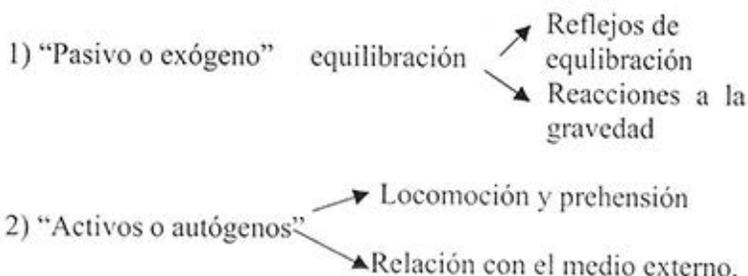
En el esquema anterior se observa la relación que existe entre cuerpo y mente y la importancia que tiene en ambos la actividad mental y física (movimiento). Esta dualidad se presenta en cada una de las relaciones y comunicaciones que surgen dentro de la vida cotidiana. Es importante saber que esto ocurre en todos los individuos, siendo necesario educarlos y enseñarles que lo motriz influye en la mente y viceversa. Los movimientos que podemos realizar nos permiten tener una comunicación, misma que se presenta de varias formas como son: la tónica (corporal y actitudes), gestual (facial) verbal (lenguaje); las cuales son utilizadas por los alumnos.

Vayer considera que la educación psicomotora es una educación corporal; en cambio Wallon dice que los movimientos se dan por la necesidad y las situaciones surgidas por la relación con el medio, que el movimiento nos indica las direcciones de la actividad psíquica y el desplazamiento en el espacio¹².

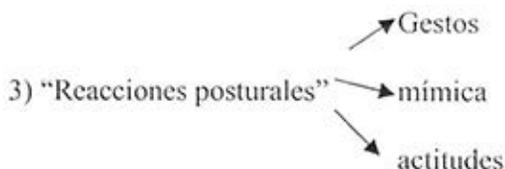
De los juicios anteriores puedo decir que los movimientos tienen una repercusión en las situaciones afectiva y social, ya que es un factor que interviene en y para la estimulación de las áreas como son la cognoscitiva y socioafectiva, presentándose una reciprocidad. A continuación enunciaré algunas teorías del desarrollo psicomotriz:

a) Wallon (esquema 3)

Esquema 3. Movimientos corporales



¹²Nacimiento y diferenciación... *op. cit.*, p. 11.



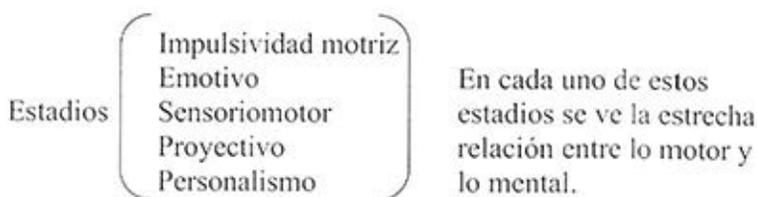
Fuente: El desarrollo de la psicomotricidad. Antología Básica, LE'94, México, 194, p. 11.

En el esquema anterior, se contempla la importancia del movimiento y todos los cambios que generan estos movimientos, por eso es necesario identificar cada uno de los factores que los integran para detectar los movimientos naturales y/o anormales en los alumnos a fin de ubicar a niños con problemas y trastornos psicomotores y del comportamiento. Wallon considera que el tono muscular es importante en la vida afectiva y en las relaciones cotidianas, ya que a través del cuerpo y de las sensaciones se incorpora al medio externo.

Guilmain (1971) se basa en estudios de Wallon para fundamentar la importancia de la actividad tónica y lo que significa en el desarrollo del niño, considera que en el recién nacido, el mundo se basa en lo tónico-afectivo, así como la función tónica se relaciona con las actitudes y sobre todo con la tensión y relajamiento muscular y las reacciones tónico-motoras están ligadas con las emociones y su expresión espontánea.

Wallon y Guilmain tratan de demostrar "el paso de la actividad de relación a la actividad intelectual, insistiendo sobre el papel del medio social. En el desarrollo de la inteligencia, el tipo psicofisiológico que condiciona el temperamento juega un papel capital, y la educación debe conducir al niño a dominar estos factores psicobiológicos"¹³.

Por lo tanto Wallon ha dividido las etapas esenciales de la evolución en el niño de la siguiente manera:



¹³ *Ibidem*, p.16

- ❖ Impulsividad motriz: (nacimiento) los actos son simples descargas de reflejos o automatismos (dependencia total en relación con el medio).
- ❖ Emotivo: las primeras emociones se manifiestan por el tono muscular y función postural (simbiosis afectiva).
- ❖ Sensoriomotor: Coordinación mutua de las diversas percepciones (andar) formación del lenguaje (orientado hacia el mundo exterior).
- ❖ Proyectivo: Aparición de la movilidad intencional dirigida hacia un objeto (adquisición de marcha y lenguaje).
- ❖ Personalismo: conciencia y posterior afirmación y utilización del yo (tres periodos en la evolución del yo: 1) toma de conciencia de su propia persona, 2) afirmación seductora de la personalidad. 3) periodo de imitación.

Una característica de este enfoque del desarrollo y del comportamiento del niño es que se da de una manera global, estudia el desarrollo de forma horizontal y considera que la incorporación de los alumnos a la vida social de los adultos es gradual, se observa que el dinamismo motor esta estrechamente vinculado a la actividad mental.

b) Piaget

Considera que en el desarrollo están presentes dos tipos de elementos:

- Estructural: se forma con los elementos biológicos con los que el individuo nace.
- Funcional: desarrolla las distintas estructuras mentales, desde las más elementales hasta las más sofisticadas (llamado génesis).

Gracias a la herencia funcional se organizan las distintas estructuras: la función más conocida tanto biológica como psicológicamente, es la adaptación que se compone por dos movimientos: el de asimilación y acomodación. La asimilación es el resultado de incorporar el medio al organismo y de las luchas o

cambios que el individuo tiene que hacer sobre el medio para poder incorporarlo. La acomodación se da cuando el individuo se adapta a los objetos produciendo esquemas de acción. La adaptación es la relación que se establece entre el medio ambiente y el organismo, los cuales proporcionan una realidad del mundo al niño, de esta forma va comprendiendo el mundo y la realidad que vive¹⁴.

Estos movimientos de acomodación y asimilación se pueden repetir y de hecho, se repiten constantemente dando como resultado facilitar la adaptación. La teoría del desarrollo la divide en varios períodos que son:

- ❖ **Sensoriomotor:** desde el nacimiento a los dos años, el niño se ocupa de adquirir control motor y conocer los objetos del mundo físico, pero aún no forma símbolos de estos objetos. Reflejos, reacciones, percepciones, hábitos inteligencia, construcción de un universo objetivo.
- ❖ **Preoperatoria:** de los dos a los siete años, el niño se ocupa de adquirir habilidades verbales y empieza a elaborar símbolos de los objetos que ya puede nombrar, pero en sus razonamientos ignora el rigor de las operaciones lógicas-pensamiento, egocéntrico y sincrético, realismo intelectual sin razonamiento, intrincación afectiva e intelectual. Aparición de la función simbólica (lenguaje y juego simbólico) interiorización de los esquemas de acción y representación.
- ❖ **Operaciones concretas:** de los siete a los doce años, cuando el niño sea capaz de manejar conceptos abstractos como los números y de establecer relaciones. Trabaja con eficacia siguiendo las operaciones lógicas, siempre que lo haga con símbolos referidos a objetos concretos y no abstractos, con los que aún tendrá dificultades. Constitución de los esquemas operatorios, operaciones simples, construcción de los números de los objetos. Constitución de un sistema de valores relativamente fijos, reglas del juego, código aceptado, etc.
Es ésta en la que se encuentran los alumnos de 3º y 4º grado, siendo los alumnos a los que se les está aplicando la alternativa.
- ❖ **Operaciones lógicas formales:** el pensamiento opera su construcción racional sobre modelos ideoverbales (abstracciones y operaciones lógicas). Constitución de una lógica axiomática (razón) regida por las reglas del

¹⁴ GÓMEZ Palacios, Margarita, Psicología genética y educación. SEP, México, 1987, pp. 60-68.

pensamiento constructivo y discursivo. si es que alcanza esta etapa, porque según Piaget, no toda la población llega a este nivel, y operará lógica y sistemáticamente con símbolos abstractos, sin una correlación directa con los objetos del mundo físico¹⁵.

Es importante conocer los períodos del desarrollo por los que pasa el niño para estimular su desarrollo, ya que "La finalidad de la educación será, por tanto la de guiar y favorecer el crecimiento y adaptación en el niño considerado normal y reconstruir las etapas del desarrollo saltadas o perdidas en el niño inadaptado"¹⁶.

El estudio de Piaget está diseñado de manera vertical ya que considera que no se puede pasar de un periodo a otro sin haber superado el anterior, remarcando los aspectos espontáneos y relativamente autónomos del desarrollo de las estructuras intelectuales.

c) Le Boulch

Siendo maestro de educación física y médico consideró de vital importancia que los profesores y las personas encargadas de la educación se preocuparan por tomar en cuenta el movimiento para una educación integral, por medio de este se ayuda a los educandos disminuidos en sus movimientos. Este autor creó el método psicocinético, se trata de un método general de educación que, como medio pedagógico, utiliza el movimiento humano en todas sus formas. El objetivo que se pretende con este método es favorecer el desarrollo y lograr un individuo capaz de ubicarse y actuar en un mundo en constante transformación, considerando los siguientes aspectos:

- ❖ Mejor conocimiento y aceptación de si mismo.
- ❖ Mejor ajuste de su conducta.
- ❖ Auténtica autonomía y acceso a responsabilidades en el marco de lo social.
- ❖ Elementos psicomotores en el desarrollo del alumno.¹⁷

¹⁵ HERBERT, Ginsburg y Sylvia OPPER, Piaget y la teoría del desarrollo intelectual. Prentice may Internacional, España, 1976, p. 222.

¹⁶ P. Vayer, El niño de dos a cinco años, en UPN, El desarrollo de la psicomotricidad, Antología Básica. LE'94, México, 1995, p.24

¹⁷ LE BOULCH, Jean, La educación por el movimiento en edad escolar. Paidós, México, 1990, p. 18.

La educación física es una parte fundamental en el desarrollo integral del educando debido a la importancia que tiene el aspecto psicomotor para el proceso enseñanza-aprendizaje, de acuerdo a las teorías de Wallon, Piaget y Le Bouch, que postulan que la psicomotricidad es un elemento que conforma al ser humano y que tiene una interrelación relevante con lo socioafectivo y lo cognitivo.

¿Por qué el movimiento es esencial para el aprendizaje? En primer lugar, porque despierta y activa muchas de nuestras capacidades mentales, porque integra y graba nueva información y experiencia lo cual es vital para todas las acciones en las que expresamos nuestro aprendizaje. Como lo describen Wallon, Piaget y Le Bouch en sus teorías del desarrollo.

“El verdadero aprendizaje significativo, en el cual establecen conexiones significativas para el aprendizaje, no se completa hasta que no encuentra una salida, de una manera física o en una expresión personal de pensamiento; y ésta se halla precisamente en el movimiento, en la acción, en la que el cuerpo se convierte en instrumento de dicha expresión”¹⁸.

La psicomotricidad, por tanto, es una parte indispensable del aprendizaje y el pensamiento por la importancia del movimiento lo que me permite fundamentar el presente trabajo, porque la base de la educación física es el movimiento. En el capítulo siguiente se explica la alternativa realizada: “el juego como herramienta didáctica” en el que se logró que por medio de éste, los alumnos alcanzaran una interacción entre cuerpo y mente, aprendiendo lo que es la educación física.

¹⁸ IBARRA, Luz María, *Aprende mejor con gimnasia cerebral*, Garnik, México, 1999, p. 53.

CAPÍTULO III

EL JUEGO EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, APLICADO SISTEMÁTICAMENTE Y CON UNA PERSPECTIVA DIFERENTE

A) El juego

Mi interés por la aplicación del juego de manera sistemática en la clase de educación física radica en que éste representa en el individuo,

“una acción libre, sentida como ficticia y situada fuera de la vida corriente, capaz, no obstante, de absorber totalmente al jugador: acción despojada de todo interés material y de toda unidad, que se realiza en un tiempo y en un espacio expresamente, se desarrolla en orden, según reglas establecidas, y suscita, en la vida, relaciones de grupo que gustosamente se rodean de misterio, o que acentúan, mediante el disfraz, lo ajenas que son al mundo habitual”¹⁹,

junta su voluntad, sus movimientos y su inteligencia y le permite expresarse totalmente en un solo acto personal y grupal.

El juego es importante para el proceso de socialización, ya que el individuo vive en un contexto social que lo pone en contacto desde su nacimiento con otros seres humanos, de los cuales depende para formar el carácter. El grupo afecta la conducta del individuo por lo que el alumno debe de saber qué es lo que desea de los demás y de sí mismo.

El juego genera: risa, velocidad, riesgo, pasión, entrega, solidaridad, respeto, etc. Se pueden observar los efectos que aparecen cuando acaba el juego: alegría, satisfacción, serenidad, conocimiento, energía, pertenencia, experiencia, aprendizaje, frustración, decepción etc. Cuando los alumnos aprenden por medio del juego sus preocupaciones y tensiones disminuyen, las actividades físicas en las que el alumno debe concentrarse totalmente parecen propiciar ese tipo de atención cualitativa a la tarea dada.

Cada uno de los juegos infantiles ejercita una y mil cosas: ‘palitos chinos’ la búsqueda de estrategias, ‘matatena’ la coordinación visomotora; ‘los rompecabezas’ el análisis y la síntesis; ‘la reata’, la coordinación motriz, ‘la lotería’ recuerda la presencia del azar.

¹⁹ S. Lebovici, Significado y función del juego en el niño, Proteo, México, 1983, p. 11.

El juego favorece la construcción de una mente científica empeñada en arriesgar la certeza y descubrir conocimientos nuevos. Karl Groos (1915) concibe al juego como ejercicio preparatorio o un preejercicio para el desarrollo de las funciones que para los adultos son necesarias y son ensayadas por el niño, sin la responsabilidad de hacerlas de manera obligada.²⁰

El juego desata la imaginación, impulsa el movimiento, estructura la tolerancia a la frustración, ubica el espacio real y sus objetos, y por todo esto produce en los niños una actitud abierta para el aprendizaje y dispuesta a arriesgar la duda e involucrar la curiosidad, antesala del conocimiento.

Es indispensable subrayar que, hasta aquí, he mencionado el juego libre y no del recurso didáctico; éste es un instrumento académico diseñado para favorecer la transmisión de un contenido determinado, que aún cuando contempla lo lúdico implica una demanda de resultados, espera del alumno un aprendizaje concreto y requiere una utilización determinada por el producto que se espera obtener.

En las teorías cognoscitivas del juego podemos enunciar diferentes posturas al analizar diferentes autores como: Piaget, Vigosky y Brunner cada uno de ellos expone sus concepciones acerca del juego.

a) Piaget

Define al juego como un elemento esencial en el desarrollo de la inteligencia, predominando en las acciones de asimilación sobre las de acomodación. Es decir, "los niños deberían ser incitados a utilizar su iniciativa e inteligencia en la manipulación activa de su entorno porque es sólo por el intercambio directo con la realidad como desarrolla la capacidad biológica que da lugar a la inteligencia"²¹.

Con lo que respecta al juego este autor lo clasifica en tres tipos:

- ❖ Juegos motrices, consisten en cualquier conducta sin estructuración, pero con una nueva finalidad funcional, ejemplo: la repetición de una acción como mecer un objeto; si el propósito es entender o practicar el

²⁰ J. Delvall, El juego, en UPN, El juego, Antología básica., Antología Básica , LE'94, México, 1994, p. 14

²¹ C. Kamii, El juego, en UPN, El juego, Antología Básica, Antología Básica , LE'94, México, 1994 p. 154.

movimiento entonces no es un juego. Pero la misma conducta, si su propósito es placer funcional, este se convierte en juego.

- ❖ Juego simbólico favorece la apropiación de valores y normas culturales: transmite música, ritmos, lenguaje, uso de espacios y objetos, roles sociales, oficios o proyectos comunitarios.
- ❖ Juego reglado, el autor demuestra como las reglas determinan las relaciones sociales. Las actividades lúdicas se vuelven colectivas donde existe una organización. La aparición del lenguaje, el aprendizaje, el placer, la inteligencia práctica verbal-reflexiva y la imitación son para Piaget elementos esenciales para la construcción del juego y los conocimientos significativos²².

b) Vigotsky

Tiene una visión sociocultural del concepto de juego, afirma, que a través del lenguaje el niño ejerce autocontrol en el juego y logra definir objetos y conceptos, lo cual es la actividad conductora de la evolución del niño, sostiene que en los juegos las reglas están explícitas e implícitas.

La imaginación, los deseos, la satisfacción, la acción, el significado son esenciales en el juego visto como un sistema de signos que generalizan la realidad. El juego es un factor en el desarrollo de los niños donde las potencialidades individuales y sociales producen nuevos aprendizajes.

c) Brunner

El juego, el pensamiento y el lenguaje contribuyen a un desarrollo integral del ser humano, en los juegos, los niños disminuyen sus errores a través de la desvinculación entre los medios y los fines. El alumno construye escenarios en función del juego donde logra interiorizar el mundo exterior, apropiándose de él y transformándolo de acuerdo a sus necesidades, mediante el juego el niño obtiene placer y practica los roles a través de un proceso de socialización.

Esto nos induce a reflexionar acerca de nuestra práctica docente, ya que su

²² *Ibidem*, pp. 153-154.

propuesta establece un cambio en las actitudes de los profesores y de los directivos con el fin de mejorar la educación, nos hace ver que los juegos son una palanca de aprendizaje en la enseñanza de la formación de valores de nuestra cultura. Se trata de que el niño aprenda a utilizar el juego como instrumento del pensamiento y de la acción de un modo combinado, en presencia de un adulto para enriquecer el pensamiento.

Terapéuticamente el juego es una ventana que se abre donde las puertas se cierran, permitiendo evocar lo ausente y reviviendo situaciones con nuevas respuestas y actitudes más satisfactorias.

Por otra parte, método científico y juego se dan la mano. Ambos planean, trazan estrategias, rutas y objetivos, fijan reglas, marcan sistemas de evaluación, delimitan tiempos, diseñan instrumentos, socializan resultados. Cuando los niños juegan aíslan espacios y les dan intención a los objetos que por voluntad lúdica se convierten en instrumentos del juego, al igual que los científicos determinan sus laboratorios y eligen instrumentos²³.

El juego y su importancia como elemento integrador y reforzador de actitudes, valores y aprendizajes por lo cual "si el conocimiento es un diálogo entre la razón y la realidad, la imaginación es el puente por el que este transita y se vuelve posible. La razón construye estructuras y límites, la realidad parece objetiva y obstinada; la imaginación transgrede los límites y diluye las fronteras para que ocurra la comunicación fructífera ¿Y dónde si no, en el juego, se fermenta y crece la imaginación?"²⁴.

Podría decirse que estar jugando es el estado natural del niño, aprovechando esta tendencia natural, en pro del mejoramiento y optimización de nuestra labor docente.

B) Objetivos y finalidades del juego:

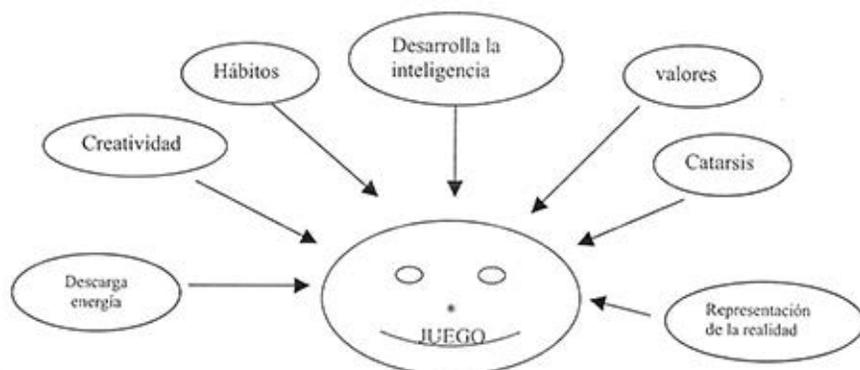
Los objetivos y finalidades que se les atribuye a los juegos se rescatan de diferentes autores y fuentes, creando una sola que a continuación presento, y que a mi parecer son los más acertados.

²³ BRITO, Soto Luis F., *Juegos y prácticas para alcanzar un desarrollo físico óptimo*, Edamex, México, 1998, p. 183.

²⁴ S. Lebovič, *op. cit.*, p. 35.

- Produce una descarga de energía sobrante en el organismo.
- Por medio del juego se ejercitan habilidades que serán útiles en el futuro.
- Se hace una recapitulación de las actividades de las generaciones pasadas que persisten a lo largo de la evolución de la raza (filogenésis)
- Fija hábitos y afianza, nuevas habilidades mediante la repetición agradable de los actos que llevan a ellas.
- Se manifiestan deseos, conflictos e impulsos que el niño no puede expresar en la realidad y tienen una función catártica.
- Está relacionado con la capacidad transformadora del hombre y traduce la necesidad que tiene el niño de interactuar con su mundo.

Esquema 4. El juego y sus finalidades



En la pedagogía tradicional la ausencia del juego como herramienta didáctica es perceptible, además considera que el juego en el niño no tiene utilidad, separando los períodos de juego de las situaciones de aprendizaje al pensar que distrae a los niños de sus deberes, sin embargo la nueva didáctica constructivista busca implementar nuevas formas de enseñanza en donde el niño y sus intereses son el centro de atención, es por esto que se da preponderancia al trabajo colectivo sobre el individual, buscando de esta manera la socialización de la enseñanza. Siendo el juego de gran utilidad en la labor docente, entre las que puedo mencionar:

- El juego también puede utilizarse para la comprensión diagnóstica (detectar problemas de socialización, lenguaje, motriz, etc.).
- Para establecer una relación de trabajo, en el proceso enseñanza aprendizaje.
- Para ayudar al niño a tener una visión de si mismo y del medio que le rodea.
- Que el niño comparta y pueda representar, revivir y liberar sus emociones.
- Para que el niño desarrolle intereses que pueda trasladar a su vida cotidiana y que lo fortalezcan en su vida futura..

C) La educación física y el juego aplicados desde una perspectiva diferente

Para lograr que por medio del juego los alumnos aprendan de una manera significativa lo que es la educación física se utilizó un fichero de juegos elaborado durante otro semestre, con el fin de aplicarlo en mi práctica docente como una alternativa de innovación. A continuación se mencionan algunos juegos que contiene el fichero (cuadro 5) y que fueron utilizados.

Cuadro 5.- Los juegos

FICH A No.	Nombre del juego	FICHA No.	Nombre del juego	FICHA No.	Nombre del juego
51	Los gansos	43	Papelito flotante	22	Coronación de la reina
45	Capturar los alimentos	2	El nido	47	Los changuitos
12	Canguro con obstáculos	7	Los días de la semana	3	Blanco en tierra
19	A casa	4	Pelota caliente	18	Los siameses
23	La pelota volante	8	Los números	25	Carrera de coreholatas
31	Lánzame muy alto	9	Las campanillas	10	Robar el balón
5	La bolera humana	50	Bolsas con piedritas	63	El correo

La utilización del juego es una alternativa que apliqué, de una manera

constante, sistemática y con un objetivo bien definido, con una metodología adecuada, ya que existen juegos específicos para las diferentes áreas; motriz, cognitiva y afectiva. Considero que el papel del educador debe ser creativo, entusiasta y participativo, a fin de lograr despertar el interés en el alumno. El profesor deberá intentar conocer a todos y cada uno de los alumnos tal y como son, ayudándoles a reconocer sus capacidades y las de los demás, fomentando de esta forma la autoconfianza y la autoestima.

La educación física tradicionalmente se ha trabajado desde una perspectiva empírica y conductual, porque no se le concedía al alumno la importancia debida, ni se empleaba una adecuada metodología.

Hoy en día es necesario modificar esta concepción de enseñanza-aprendizaje. La sociedad mexicana requiere alumnos reflexivos, con iniciativa, autosuficientes, decididos, dispuestos a aprender; para ello es fundamental que se trabaje desde un enfoque diferente y congruente con los intereses actuales de los alumnos.

De tal manera que los aprendizajes sean significativos, relacionando la actividad física con las otras materias, proporcionándole las bases para el desarrollo de una Cultura Física. En este sentido el maestro además de conocer su programa y su dimensión social tiene la obligación de comprender a sus alumnos siendo un facilitador y un guía del proceso educativo.

Mi interés es trabajar desde una perspectiva constructivista (los alumnos construyen su conocimiento guiados por el profesor) la materia de educación física, lo cual implica entender la idea de que el pensamiento es activo en la construcción del conocimiento, es decir que "el aprendizaje es la consecuencia de la actividad mental del que aprende, más que de una acumulación de información y procedimientos"²⁵.

El constructivismo postula como propósitos educativos: la existencia de procesos activos en la construcción del conocimiento motor (corporal), se habla de un sujeto cognoscitivo, que se integra a través de su labor constructivista de acuerdo a lo que le ofrece su entorno, que se relaciona con mecanismos intelectuales y endógenos del sujeto, pero es fuertemente determinado por factores socioculturales y socioafectivos.

²⁵ J. CRATTY . Brian, Desarrollo intelectual, juegos activos que lo fomentan, . Pax, México, 1990, p. 190.

Los alumnos serán responsables de su propio proceso de aprendizaje, la actividad mental y física constructiva del alumno, se aplica a contenidos que ya posee en un grado diverso de elaboración, la tarea es reestructurarlos para hacerlos significativos.

Es necesario tomar en cuenta los aprendizajes previos (los conocimientos que el alumno posee), andamiajes (partir de un diagnóstico de conocimiento para iniciar), el significado (de acuerdo al contexto del alumno), para lograr que se de realmente el aprendizaje significativo.

Para mi trabajar hoy en día la materia de educación física desde una perspectiva diferente, significa romper esquemas, donde las actividades físicas terminan invariablemente en actividades deportivas como fin ultimo de la asignatura y patrones fijos de conducta donde el maestro es el único que manda, sabe, propone y el alumno es el que no sabe nada, obedece y calla.

El proceso en la clase misma consiste en que el alumno construya un aprendizaje significativo, desde un punto de vista de sus intereses, necesidades y conocimientos previos, debiendo existir una congruencia entre lo que va aprender y lo que ya conoce, en cualquier tipo de actividad psicomotriz, recreativa, deportiva, cultural o social.

Es importante que el profesor determine conjuntamente con los alumnos los propósitos, compromisos y responsabilidades.

La planeación de la clase consiste en indagar las necesidades e interés que los alumnos tienen, la identificación de las habilidades, destrezas, hábitos, actitudes y valores, para establecer una congruencia con los objetivos propuestos por los planes y programas de la SEP.

Tomo en cuenta los intereses del niño y el contexto social en que vive, tratando siempre que los temas sean de interés para ellos, motivándolos a participar de acuerdo a sus intereses y considerando los Planes y Programas de Educación Física emitidos por la Dirección General de Educación Física.

Pretendo seguir en esa transformación de mi práctica docente, misma que se inició al aplicar la alternativa, y aunque la fase de aplicación según lo planeado se terminó, sigo trabajando en ese sentido, porque los alumnos solicitan seguir realizando la clase como se ha trabajado, a ellos no les puedo decir que la aplicación de la alternativa ya terminó, en lo personal no puedo regresar a la

forma de impartir las clases en la manera en que lo hacía.

Me doy cuenta de que en el proceso enseñanza-aprendizaje el maestro no debe limitarse a una sola corriente (tradicional, tecnológica, crítica, operatoria) ya que éstas presentan algunas limitaciones (por diversos factores).

El papel del profesor y la disposición que tenga hacia el trabajo, pueden incidir y encontrar utilidad hasta en la teoría pedagógica más anacrónica y limitada, (como la tradicional, por ejemplo). Por el contrario, la mejor didáctica con un profesor apático, displicente e irresponsable poco podrá aportar al proceso enseñanza-aprendizaje.

Algunas personas consideran que la materia de educación física no requiere "de mucha ciencia", sin embargo, como en otras materias, se tiene que seguir una metodología para poder llevar a cabo con éxito el proceso enseñanza-aprendizaje, por esto, en mi asignatura tomo en cuenta los siguientes aspectos de acuerdo al Programa vigente de Educación Física²⁶:

- Fases sensibles: se refiere a los períodos donde el organismo es susceptible de responder a la estimulación motriz, alcanzando niveles de desarrollo, sobre todo, en lo que se refiere a sus capacidades físicas.
- Sistemas energéticos: toda actividad psicomotriz que genera el alumno, depende básicamente de la posibilidad que tienen sus células musculares en cada fase de su vida para transformar la energía química en energía mecánica, que se realiza a través de los sistemas energéticos que tiene el organismo.
- Fases de aprendizaje motor: es un proceso dinámico y continuo, mediante el cual el individuo va ejerciendo un control cada vez más preciso sobre los movimientos que realiza, desde los básicos hasta la ejecución de destrezas. (Ideomotora, gruesa y fina).
- tipos de crecimiento: es el desarrollo físico de cada alumno de acuerdo a sus características morfofuncionales, hormonales y psicológicas; comparando la edad biológica con la cronológica podemos determinar qué tipo de crecimiento tiene el alumno. (Acelerado, normal y retardado).

²⁶Programa...op. cit. pp. 24-32

El uso de una metodología correcta en el proceso de aprendizaje y formación de las destrezas motrices, debe tener claros los objetivos, el maestro tomará conciencia del importante papel que desarrolla en la formación integral del educando.

Se utilizaron las siguientes técnicas de enseñanza²⁷ para impartir la clase de educación física de acuerdo a las necesidades de la misma:

- Serie de tareas: es un auxiliar para el proceso de individualización permitiendo la participación de los alumnos de acuerdo a sus capacidades, el profesor propone las actividades a seguir para alcanzar el objetivo, los alumnos las desarrollarán de acuerdo a su capacidad y a su evolución esto permitirá mayor eficiencia en cuanto a participación, aprendizaje e independencia.
- Enseñanza recíproca: esta variedad de enseñanza nos ayuda a los maestros para poder corregir de manera más oportuna, ya que con el trabajo que realice un compañero, éste observará la ejecución de su pareja y podrá saber si está bien o mal la tarea encomendada y nos lo comunicará, cuando existe un copartípe su función es el de observador, corrector y estimulador. El maestro de esa manera puede corregir y acercarse a los que más lo necesitan.
- Trabajo por equipos: es más benéfico para el proceso de interacción y comunicación entre los integrantes de los grupos, el cual consiste en que exista un ejecutante, dos observadores y uno que tome notas, esto es muy importante y son los aspectos cualitativos lo que permite incrementar la capacidad de analizar y el sentido de responsabilidad de cada miembro ya que son rotativas las funciones de observador y ejecutante que realizan. El papel del maestro es el de observar y corregir.
- Programa individual: es un método que implica para los alumnos un paso adelante en el objetivo de formar individuos independientes, la autoevaluación se debe dar con responsabilidad y cumplir con las tareas

²⁷ MOSSTON, Muska, La enseñanza de la educación física, Paidós, Buenos Aires, 1990, pp. 35-185.

asignadas aún sin que nadie lo observe el papel del maestro será el de observador.

- Descubrimiento guiado: consiste en crear en el alumno una necesidad de investigar un dilema cognitivo, buscará respuestas y soluciones a los problemas planteados por los maestros.
- Resolución de problemas: en éste se espera que el alumno encuentre la respuesta a la solución de los problemas planteados, generalmente un problema simple siempre tiene varias soluciones, con lo cual el alumno experimenta un mayor número de operaciones cognitivas y alienta la realización de lo experimental y más respuestas físicas casi todo lo realiza por sí solo, el papel del maestro es diseñar una serie de problemas a resolver por parte de los alumnos, este tipo de proceso coloca al alumno frente a sí mismo y le exige que aprenda a considerar el problema a título individual, no necesita comparar sus respuestas con nadie y él les da la validez por su eficiencia.

Con las técnicas de enseñanza antes descritas y en especial el de resolución de problemas se estaría aplicando el nuevo enfoque que se le da a la enseñanza, el constructivista tomando como base la pedagogía operatoria, la cual nos indica que el alumno construirá el conocimiento por medio de la manipulación de objetos concretos, utilizando todos sus sentidos, tratando de que el proceso enseñanza-aprendizaje sea placentero para él.

La clase de educación física (60 min.) se divide en tres partes para tener una optimización del tiempo, no desviarse de los objetivos y sobretodo para que los alumnos no se lesionen:

- Parte inicial: se realiza una estimulación morfofuncional de todo el organismo (calentamiento) en ese momento se hablará del objetivo de la clase y los alumnos determinarán los materiales y la forma de lograrlo.
- Parte medular: se llevan a cabo los objetivos propuestos y es ahí donde los alumnos intentarán construir su conocimiento. Se implementarán juegos en cada clase después de que ellos han hecho sus intentos por lograr los objetivos con los cuales se puede realizar una evaluación de las actividades realizadas.

- Parte final: se realizarán ejercicios de relajación y se comentará si les pareció o no importante la clase.

Para que quede un poco más claro la forma en que se trabaja una clase de educación física, a continuación se presentan las actividades realizadas en una sesión:

♣Parte inicial

Se recibe al grupo, se les da una preparación física general, breve y dinámico (calentamiento), con una progresión de los pies hacia la cabeza, estimulando las capacidades coordinativas, ya que el sistema nervioso central se encuentra descansado y estable para enviar los estímulos y codificarlos más eficientemente en la memoria motriz, Se les indica el objetivo de la sesión y los materiales que se utilizarán. Se trabaja individualmente y posteriormente por equipos, ellos se reúnen de acuerdo a sus preferencias.

♣Parte medular

Se refiere al tratamiento de los componentes previamente determinados y dosificados en el plan anual para cada grado (3º y 4º). Con los propósitos de estimular y/o desarrollar la capacidad coordinativa de orientación, relajación, además el alumno, entenderá que la alimentación debe tener determinadas características para que lo beneficien.

Las actividades a realizar son: platicamos acerca de lo que ellos creen o piensan que es orientación , proponen actividades encaminadas a favorecer la orientación; por ejemplo pintar en el piso los puntos cardinales, con ojos cerrados por parejas guiarse (alternadamente), jugar calles y callejones, a la gallinita ciega, pasar objetos por arriba y por abajo, desplazarse hacia derecha e izquierda de determinados objetos y/o personas.

♣Parte final

Se refiere al período de recuperación fisiológica y de reflexión acerca de

las vivencias. Se platica acerca de lo que aprendieron y lo que les pareció la clase, así mismo se les da una hoja que contiene una sopa de letras con nombres de frutas, (10) al principio para su pronta localización. Se canta una canción y se retiran a lavar las manos y se forman para su siguiente taller.(ver anexo 1). De manera general este es un plan de clase semanal.

Para realizar la planeación de la alternativa es necesario decir que se utilizó el proyecto de intervención pedagógica, mismo que se define como “una estrategia de trabajo propositiva que recupera la valoración de los resultados de la aplicación de la alternativa, en donde se resaltan aquellos aspectos teóricos-metodológicos e instrumentos que permitieron la explicación y el reconocimiento de sus limitaciones y/o superación del problema docente planteado”²⁸.

Dicho proyecto me dio la oportunidad de conocer y comprender el problema planteado proponiendo una alternativa de solución con estrategias de acción, que permitieron una evaluación crítica y constante de la alternativa para su valoración, modificación y perfeccionamiento, con lo cual en mi práctica docente detecté los aciertos y superé los errores, el proyecto “EL JUEGO, UNA INNOVACIÓN METODOLÓGICA PARA EL CONOCIMIENTO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CON LOS ALUMNOS DE 3º Y 4º GRADO DE PRIMARIA” teniendo el propósito de que los alumnos aprendan y valoren a la educación física para que logren un desarrollo integral, por medio de aprendizajes significativos”, se realizó de la siguiente manera.

Se dio a conocer a los alumnos en todas las clases el fin (propósito) que se tenía programado, los beneficios fueron descubiertos por ellos mismos, se logró una transformación en las actividades que realicé en mi labor docente, logrando “Que por medio del juego y la actividad física” los alumnos aprendieron lo que es educación física, su importancia y cómo integrarla a su vida cotidiana.

Para lograr que los alumnos entiendan lo que es la educación física, puse en práctica una alternativa de solución que es el juego, el cual es de interés para el alumno y llevado de una manera sistemática es una herramienta didáctica con grandes posibilidades (lo cual pude comprobar).

²⁸ ARIAS, M. Daniel, , El proyecto pedagógico de acción docente, en UPN, Hacia la innovación, Antología básica, LE94 UPN, México, 1994 p. 64.

El proyecto se llevó a cabo en el ciclo escolar 1999-2000 (8 de noviembre al 14 de abril) debido a que en el séptimo semestre se pone en práctica y en el octavo se realiza una evaluación de la alternativa. Con los grados de tercero y cuarto año grupo "C" (50 alumnos) de la escuela "Profr. Quintil Gómez Álvarez" en la cual se trabaja por ciclos (Escuela de tiempo completo) siendo el primer año que laboro en ese plantel y con ese plan de estudios.

En los contenidos programáticos para el ciclo II se consideraron: equilibrio, velocidad de reacción, resistencia aeróbica, respiración, relajación y postura y de una manera permanente el aprendizaje motor, el ritmo, adquisición de hábitos y valores, efectos del ejercicio físico sobre el organismo, higiene, alimentación y juegos organizados.

Para que se entiendan los propósitos de la materia de educación física y quede claro el por qué indico que se tuvo éxito al aplicar la alternativa, es necesario que describa a continuación de manera general el panorama de la educación física.

a) Propósitos de la educación física.

Por lo anterior se desprende que con la educación física y el juego el niño desarrolla al máximo todas sus potencialidades y capacidades, la escuela se debe adaptar a los intereses del niño, el maestro le facilitará la adquisición de los conocimientos, no le dará los elementos cognoscitivos acabados, le hará recorrer el camino para apropiarse de ellos, enseñándole a tener una actitud crítica y reflexiva ante lo que le rodea.

La educación del YO corporal es la base de la educación del alumno y debe conducirlo hacia la autonomía y a la vez hacia la integración grupal. La evolución del niño no es lineal, ya que incluye adelantos y retrocesos, en la que intervienen diversas etapas que corresponden a las conductas observadas en el niño, en situaciones de su entorno como son: exploración, conocimiento y representación.

Los diferentes aspectos educativos de cada etapa se identifican en orden creciente de dificultad, aunque no deben ser aplicados de igual manera a todos los educandos, se debe respetar su individualidad y seguir objetivos definidos.

La Dirección General de Educación Física emite un programa (vigente), en él se manejan componentes que se generan en los ejes temáticos y son susceptibles de ser abordados no sólo a lo largo de la educación básica, sino específicamente como elemento metodológico de la clase.

La manifestación motriz, como resultante de funciones y procesos biológicos, psicológicos y sociales, es evidente en la capacidad del niño para moverse, en el interés que manifiesta por participar en actividades que requieren de su movimiento corporal y en la necesidad de actividades físicas que le son indispensables para conservarse saludable e interactuar con su grupo social de manera eficiente y positiva.

El nuevo enfoque (motriz de integración dinámica) intenta que exista una participación de profesores y alumnos más creativa, analítica, reflexiva y propositiva dentro del proceso enseñanza-aprendizaje que se refleje en un cúmulo de posibilidades de acción individual y de interrelación armónica con su medio ambiente natural y social de manera justa y equilibrada.

El beneficio más representativo que ofrece el enfoque "motriz de integración dinámica" es brindar al profesor, la posibilidad para identificar y aprovechar al máximo los beneficios de la actividad física para desarrollar sus habilidades, hábitos y aptitudes relacionados con el movimiento corporal, el alumno es el centro del proceso educativo, donde el respeto a su ritmo de aprendizaje facilita la posibilidad de transferencia de experiencias motrices a diferentes situaciones de la vida cotidiana.

Evita además la fragmentación del conocimiento, ya que no limita la participación del maestro y del alumno al logro de un componente de los ejes temáticos, sino que abre la posibilidad de dar sentido pedagógico a todas las situaciones que se generan alrededor de las actividades físicas propuestas por el profesor o el mismo alumno dentro de la clase.

El nuevo enfoque de la educación física es motriz, porque toma como base el movimiento corporal del educando para propiciar aprendizajes significativos en él, y es de integración dinámica, por la constante interrelación de componentes que existe entre los cinco ejes temáticos, considerando que el profesor, debe de manera constante, generarla dentro de la misma dinámica de la actividad física en la clase y por la estrecha correlación que existe con las otras

asignaturas del plan de estudios de la educación básica, requisito imprescindible del enfoque curricular del proceso educativo actual²⁹.

En los objetivos generales de la educación física para el período que comprende la educación básica (preescolar, primaria y secundaria), se pretende que el alumno sea capaz de desarrollar:

- ❖ “Capacidades intelectuales: de análisis, síntesis y abstracción. Identificándolas como elementos que favorecen la resolución de problemas de expresión y relación.
- ❖ Capacidades físicas condicionales: de fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad, considerando el conocimiento de las fases sensibles como requisito indispensable para orientar el desarrollo de cada una de ellas.
- ❖ Habilidades motrices: mediante las actividades que propicien la posibilidad de control y manejo de las partes del cuerpo.
- ❖ Hábitos de ejercicio físico: al proporcionar una amplia variedad de experiencias motrices, de información visual, oral y escrita.
- ❖ Actitudes individuales positivas como la creatividad, la confianza y la seguridad en sí mismo.
- ❖ Actitudes sociales favorables de respeto, cooperación y confianza en los demás, facilitando la relación interpersonal y su integración al medio.
- ❖ Valores culturales: relacionados con la manifestación motriz, al proponer la realización de actividades físicas recreativas tradicionales, fortaleciendo la identidad nacional³⁰.

Dentro de los distintos objetivos y propósitos que tiene la educación física, pretendo desarrollar y abordar los siguientes: La educación física ayuda a los alumnos a sus demás actividades ya que por medio del movimiento se puede adquirir o mejorar; la atención, la concentración, percepción, memoria, sensación, motivación, afectividad, etc. Para lograrlo y de acuerdo a diferentes autores y en mi opinión divido los objetivos en cinco grandes grupos que a continuación enuncio.

- **Objetivos orgánicos:** funcionamiento óptimo de todas las funciones orgánicas, fuerza muscular adecuada las necesidades de la actividad, resistencia muscular para soportar un trabajo en esfuerzos prolongados, resistencia cardiovascular para soportar un trabajo enérgico durante largos periodos, flexibilidad acorde con el margen de los movimientos de las articulaciones para realizar movimientos eficaces y así reducir las lesiones.

²⁹ Programa... *op. cit.*, pp. 8-10.

³⁰ PERALTA Berbesi, José, Educación física para la vida, Arte-Publicaciones, Bogotá, 1993, p. 28.

- **Objetivos neuromusculares:** función armónica entre nervios y músculos para producir movimientos deseados, habilidades locomotoras (caminar saltar, transportar, etc.) habilidades no locomotoras (ladearse, torcerse, estirarse, inclinarse etc.) habilidades fundamentales (pegar, atrapar, patear, atajar y lanzar), elementos motores (precisión, ritmo, percepción, fuerza, equilibrio, tiempo de reacción, agilidad), habilidades deportivas y recreativas.
- **Objetivos interpretativos:** Capacidad de análisis, síntesis y abstracción, explorar, descubrir, comprender, adquirir conocimientos y hacer juicios de valor. Conocimiento de las reglas de juego y medidas de seguridad, empleo de tácticas y estrategias que implican las actividades organizadas.
- **Objetivos sociales:** Adaptación de sí mismo y de otros por medio de la integración del individuo a la sociedad y a su medio, capacidad de intercambiar y evaluarlas dentro del grupo, aprender a comunicarse con los demás, capacidad de hacer juicio en una situación grupal, desarrollar el sentido de pertenecer a la sociedad y ser aceptado por ella, desarrollo de las fases sociales de la personalidad, actitudes y valores, a fin de convertirse en miembro activo de la sociedad, aprender a utilizar el tiempo libre, desarrollar los rasgos positivos de la personalidad.
- **Objetivos emocionales:** Desarrollo de reacciones positivas como espectador y participante tanto por medio de triunfos o de derrotas, reacción saludable ante la actividad física mediante la satisfacción de necesidades básicas, disminución de la tensión mediante actividades físicas adecuadas, escape a la autoexpresión y a la actividad creadora, capacidad de divertirse.

A nivel internacional la UNESCO publicó acerca de la educación física lo siguiente:

" La preservación y el desarrollo de las actitudes físicas, intelectuales y morales del ser humano mejoran la calidad de vida en los planos nacional e internacional. Afirmando que la educación física y el deporte deben reforzar su acción formativa y favorecer los valores humanos fundamentales que sirven de base al pleno desarrollo de los pueblos, subrayando por consiguiente que la educación física y el deporte han de tender a promover los acercamientos entre los pueblos y las personas, así como la emulación desinteresada, la solidaridad y la fraternidad, el respeto y la comprensión

mutuos, y el reconocimiento de la integridad y de la dignidad humana, recalcando la importancia para la paz y la amistad entre los pueblos, de la cooperación entre las organizaciones internacionales gubernamentales y no gubernamentales competentes responsables de la educación física y el deporte, a fin de poner el desarrollo de la educación física y el deporte al servicio del progreso humano, favorecer su desarrollo y exhortar a los gobiernos, las organizaciones, los educadores, las familias y a los propios individuos a inspirarse en ella, difundirla y ponerla en práctica³¹.

Después de leer lo que dice la UNESCO, en primer lugar diré que la educación física como intervención sistemática e intencional sobre el ser humano con fines previamente asignados es tan necesaria como en otros ámbitos educativos.

Generalmente, la necesidad de la educación y por lo tanto su justificación última se fundamenta por dos vías: una, por la inmadurez del ser humano al nacer y otra por las exigencias de la sociedad en que vive. Curiosamente las dos afectan fundamentalmente al cuerpo.

La inmadurez del ser humano al nacer es por lo pronto una inmadurez corporal, acentuada más especialmente en el estado de su sistema nervioso. Todos sabemos que si no se ayudara al recién nacido perecería, ya que no nace con el repertorio de respuestas motrices necesarias para atender ni a sus necesidades ni a las exigencias del medio. Esta inmadurez inicial o falta de "acabamiento" es lo que hace que la naturaleza humana sea una "naturaleza indeterminada" y plástica, por lo tanto sin una dirección fina en el ser y en el obrar. La falta de un sistema adecuado de respuestas instintivas hace que el ser humano deba aprender las respuestas necesarias para sobrevivir, estando condicionado este aprendizaje por la estimulación que recibe.

El aprendizaje corporal es el aprendizaje inicial; la utilización del propio cuerpo a través del movimiento como primer instrumento de actuación en el entorno es una tarea ineludible para el nuevo ser. Pero este aprendizaje puede hacerlo, como todos los aprendizajes, espontáneamente, o bien mediante la intervención sistemática del adulto.

Entre las actividades corporales, Mc Graw distingue las filogenéticas de las ontogenéticas; las primeras se deben más a la maduración que al ejercicio y al aprendizaje y las segundas se deben sobre todo a este último. El andar se

³¹ PERALTA Berbesi, José, Educación física, deportes y recreación, Arte-Publicaciones, Bogotá, 1994, p. 38.

consigue más por maduración de las distintas estructuras anatómicas y nerviosas que ensayando con el niño a ponerle de pie; pero evidentemente el andar bien o mal, de una manera o de otra con gracia o sin coordinación se debe a un proceso de aprendizaje. Por lo tanto lo biológico no garantiza por sí solo el buen funcionamiento o el funcionamiento socialmente esperado de las capacidades corporales.

A este respecto, es curioso constatar cómo la historia de la educación, salvo en lo que se refiere a la “crianza”, ha dado por supuesto la sabiduría de la naturaleza en este aspecto, en contraposición a otros aspectos educativos que con mayor o menor intensidad, según las teorías, se ha realizado una intervención pedagógica. Se ha considerado durante mucho tiempo en la educación que el cuerpo no era su objeto y por lo tanto sólo se tenía en cuenta respecto de la salud, pero no se concebía el aprendizaje corporal.

El desarrollo sano de la personalidad exige el cuidado precoz de la actividad corporal. Exige no sólo la adecuada protección alimenticia y sanitaria, sino también protección y estimulación psicomotora oportuna; el niño debe tener la posibilidad para ejercitar sus propios movimientos espontáneos y para elaborar esquemas intencionados de acción, comunicación y representación corporal y activa³². La segunda vía de necesidad de la educación es justificada por exigencias sociales y culturales. ¿Exige la sociedad actual grandes prestaciones corporales? Evidentemente, no; en una sociedad en que se ha ido sustituyendo la “fuerza de los brazos” por la “fuerza de la mente” podría parecer inútil ese esfuerzo educador, sin embargo y paradójicamente, al hombre del siglo XXI le resulta imprescindible la ejercitación del cuerpo si no quiere ver atrofiadas antes de tiempo muchas de sus funciones y capacidades corporales y si desea funcionar adecuadamente en sociedad. Esto lo conocen muy bien las grandes empresas modernas que incluyen en sus propuestas de trabajo la práctica de ejercicios físicos a costa de su propia empresa (proporcionando tiempo, instalaciones, etc.).

Pero aún pensando que esta oferta esté dirigida sobre todo a fines económicos y de rendimiento laboral y no fundamentalmente a satisfacer las necesidades del individuo, una mirada a las condiciones de vida de gran parte de nuestra población nos pone de manifiesto la poca actividad corporal desplegada en el actual sistema de vida y no sólo en el sistema de trabajo, y la necesidad de compensarla.

³² M. YELA, en *Antología de educación física*, México, 2000, p.7.

Así, los desplazamientos en vehículos, la sustitución continuada de los trabajos realizados directamente por el hombre por trabajos de máquinas apropiadas, las viviendas con espacios muy reducidos, las ciudades con el mismo espacio disponible para el peatón, etc. Exigen que se dé cada vez mayor importancia a las actividades físicas como medio de equilibrio psicofísico y de mantener el organismo sano.

Por lo anteriormente expuesto me fue necesario realizar una planeación para aplicar la alternativa propuesta, misma que a continuación expongo.

b) Planeación de las actividades en educación física

La planeación didáctica consiste en fijar metas, estrategias y acciones educativas creativas, que sean de utilidad para la acción docente, considerando la evaluación y organización de los contenidos que el alumno, podrá aplicar en su vida cotidiana, logrando un desarrollo integral que lo beneficie en su ámbito familiar y social.

El docente replantea constantemente, debido a que su actividad es susceptible de realizar continuas modificaciones en el proceso enseñanza-aprendizaje (Además en mi caso particular porque cambie de centro de trabajo). A partir de los estudios realizados en esta licenciatura he experimentado un cambio en mi labor docente, modificando mi planeación, puesto que mi formación docente fue dentro del marco de la didáctica tradicional, basada en el enfoque conductista.

Dentro de la labor docente la comunicación tiene una gran importancia, la profesora trata de ser una intermediaria entre el alumnos y el conocimiento y se busca que fuera de manera constante, recíproca, equilibrada, basándose en la solidaridad, confianza y respeto mutuo (lo que me costó trabajo).

Gracias a la innovación en mi planeación didáctica pude transformar la práctica docente, porque al propiciar un aprendizaje diseñado con actividades basadas en las necesidades, intereses, sugerencias del alumno y considerando la realidad del alumno, para que al aprender pueda hacer uso de esos conocimientos que le permitieron por medio de la acción poder realizar una interacción entre lo que sabe y el medio que lo rodea, de esta manera se pretende que el alumno se

forme un carácter crítico, reflexivo, autónomo y creativo, comprometido con su sociedad.

c) Plan de trabajo

Para la planeación y evaluación del proyecto fue necesario contar con los recursos técnicos-pedagógicos, materiales, económicos, así como con los tiempos y espacios donde desarrollar la alternativa, lo que permite evaluar los logros alcanzados. Debemos considerar que la creatividad es un elemento que nos permite en lo posible ser originales, novedosos, investigadores, para buscar la calidad y mejorar la práctica docente.

Para llevar a cabo la planeación general de la alternativa primero se identificaron en el programa los objetivos marcados para el grado escolar (Tercero y cuarto año), el número de sesiones a impartir (20), el material a utilizar, el número de alumnos (50), los intereses y necesidades de los niños, tratando de combinar el programa marcado por la SEP y los propósitos de la alternativa, elegir las técnicas de enseñanza acordes a las tareas a realizar.

Para llevar un control de lo que se realizó se utilizó un formato (cuadro 3) el cual fue la guía para el trabajo, además se elaboraron listas de cotejo (anexo 1) para conocer los avances de los alumnos en el aspecto físico.

Un cuestionario inicial y final (anexo 2) para alumnos con el objeto de saber si hubo cambios en su manera de cómo perciben lo que es la clase de educación física, también se realizaron evaluaciones físicas al inicio y al final.(anexo 3).

Para saber que entendían y que aprendían durante las clases de educación física, mensualmente al terminar cada tema se aplicaron cuestionarios (anexo 4) seis en total.

Se realizaron mensualmente diferentes ejercicios escritos como sopas de letras, crucigramas, unir puntos, etc. (anexos 5 y 6) con temas enfocados a la salud, alimentación, higiene, valores y educación física.

Se llevó a cabo un diario de campo por parte del profesor, teniendo una guía de observación, con el fin de rescatar lo que interesaba en cada clase y evitar la dispersión.

Se implementó un cuaderno circulante que consistió, en que al terminar cada clase dos alumnos diferentes (por número de lista), contestaban preguntas de manera escrita, relacionadas con los temas a tratar, pero existía una constante, la cual se refería a ¿Cómo se aprendió el tema? (anexo 7).

Los juegos utilizados (propuestos en el fichero) se evaluaron durante y al término de cada sesión para comprobar su eficiencia y efectividad, cada semana se aplicó un juego diferente de acuerdo a los temas programados, los recursos utilizados se valoraron para determinar su importancia y utilidad dentro del proceso enseñanza-aprendizaje.

Se implementaron lecturas acerca de los valores (anexo 8), debido a que representan un aspecto importante para la realización óptima en la aplicación de la alternativa.

Una vez terminada la planeación se pudo llevar a cabo mes con mes, día a día, sesión a sesión lo plasmado en el papel, he de decir que me costo trabajo no salirme de lo planeado debido a factores diversos como fueron: la indisciplina de los alumnos (falta de respeto, mucha agresividad, etc), el trabajar en un solo patio 150 alumnos a la vez (tres profesoras con un grupo de 50 alumnos), para los alumnos también era el primer año que estaban en escuelas de tiempo completo (8:00 a 16:00), el tipo de pseudovalores y antivalores que presentan (machismo).

El horario -que es todos los días- de 14:00 a 15:00 hrs., el sol es muchas veces también una limitante para realizar algunos ejercicios, debido a que casi no hay sombras en el patio escolar y éste está muy caliente.

Pero puedo decir que la aplicación de la alternativa cubrió mucho más de mis expectativas planteadas al principio ya que varios niños lograron relacionar lo físico con lo mental y establecer una interacción de la educación física con las otras materias y no se quedaron solamente con el concepto de lo que es educación física.

Cuadro 3.- Plan de trabajo

MES/ SEMA NAS	CONTENIDOS PROGRAMATICOS	PROPOSITOS	JUEGOS	TÉCNICAS DE ENSEÑANZA	RECURSOS	EVALUACIONES
NOVIEMBRE (3) 8 al 30	I Equilibrio, Respiración, Experiencias motrices básicas. II Velocidad máxima 20 m. III Juegos organizados. IV Higiene V Juegos tradicionales	Fomentar en el alumno el desarrollo de la cooperación. Estimular y/o mantener su equilibrio estático y dinámico. Despertar el interés por los juegos tradicionales. Aplicar reglas de higiene.	Ficha No. 19 Ficha No. 23 Ficha No. 43 Ficha No. 51 Periódico mural acerca de la higiene (física, mental) elaborado por ellos. (ver anexos 1-5)	Resolución de problemas Trabajo por equipo	Gises , cinta métrica Pelotas , Cuerdas Globos Hojas de papel china Silbato cronómetro Cuestionarios	Evaluación inicial *Cuestionarios *Abdominales *Velocidad máxima 15m. *Fuerza de brazos *Flexibilidad *Salto de longitud *Equilibrio *Ritmo
DICIEMBRE (2) 1 al 17	I Orientación , Relajación II Fuerza General III Juego predeportivo IV Alimentación V Actitudes individuales	Estimular y/o desarrollar la capacidad coordinativa de orientación, relajación. El alumno sabrá los diferentes tipos de alimentos que es necesario que consuma.	Ficha No. 12 Ficha No. 45 Cruzigramas con nombres de alimentos. Pescaando alimentos nutritivos. (anexos 1-5)	Serie de tareas Descubrimiento guiado	Balón de voleibol Láminas silbato Tarugos (palos con botes de cemento)	Se realizará por medio de la observación, circuitos, debates entre los alumnos, pláticas y por medio de juegos.
ENERO (4) 3 al 31	I Reacción, Postura, Ritmo II Resistencia 5 min. III Juegos organizados IV Conservación del medio V Actitudes sociales	Favorecer en el alumno una actitud crítica, autosuficiente y responsable. Aprender a cuidar su medio. Reaccionar de manera eficiente ante diferentes estímulos.	Ficha No. 2 Ficha No. 4 Ficha No. 7 Ficha No. 8 Descubre la palabra y coloca en el coche. Descubrir palabras. (ver anexos 1- 5)	Enseñanza recíproca Dibujo ecológico	Pelotas de esponja chicas Pelotas de vinil aritos aros Películas acerca de la contaminación	Se realizará por medio de la observación, circuitos, debates entre los alumnos, pláticas y por medio de juegos.
FEBRERO (4) 1 al 29	I Experiencias motrices básicas, Sinronización, II Velocidad máxima 20 m. III Juegos predeportivos IV Descanso V Juegos tradicionales	Conocer y realizar movimientos conscientes y eficientes. Desarrollo y/o estimular la iniciativa y la creatividad. Investigue juegos tradicionales.	Ficha No. 22 Ficha No. 25 Ficha No. 52 Ficha No. 47 Elaborar un periódico mural con la importancia del descanso y juegos tradicionales. (anexo 1)	Trabajo por equipo Serie de tareas	Fichas Gises Papeles silbato	Se realizará por medio de la observación, circuitos, debates entre los alumnos, pláticas y por medio de juegos.

MARZO (5) 1 al 31	<p>I Orientación, Diferenciación, ritmo.</p> <p>II Fuerza general, flexibilidad general.</p> <p>III Juegos organizados</p> <p>IV Efectos del ejercicio físico sobre el organismo</p> <p>V Actitudes individuales</p>	<p>Aprender y poner en práctica la higiene, alimentación, descanso, conservación del medio y determinar los efectos del ejercicio físico sobre el organismo.</p> <p>Mantener y/o incrementar su orientación y ritmo.</p>	<p>Ficha No. 3</p> <p>Ficha No. 9</p> <p>Ficha No. 18</p> <p>Ficha No. 31</p> <p>Ficha No. 50</p> <p>Iluminar dibujo de ejercicio físico. Seguir caminos para encontrar el tesoro. (ver anexos 1-5)</p>	<p>Descubrimiento guiado</p> <p>Resolución de problemas</p>	<p>Pelotas de vinil</p> <p>Cuerdas</p> <p>Aros</p> <p>Resortes</p> <p>Fichas</p> <p>Botes</p>	<p>Se realizará por medio de la observación, circuitos, debates entre los alumnos, pláticas y por medio de juegos.</p>
ABRIL (2) 3 al 14	<p>I Equilibrio, Reacción</p> <p>II Resistencia 5 min.</p> <p>III Juegos predeportivos</p> <p>IV Efectos del ejercicio físico sobre el organismo.</p> <p>V Actitudes sociales</p>	<p>Reconocer que el ejercicio físico es un medio para desarrollarse de manera integral.</p> <p>Entenderá que los deportes son una parte de la educación física.</p>	<p>Ficha No. 5</p> <p>Ficha No. 10</p> <p>Unir puntos para encontrar la palabra salud. (ver anexos 1-5)</p>	<p>Trabajo por equipo</p> <p>Enseñanza recíproca</p> <p>Trabajo individual</p>	<p>Pelota grande</p> <p>Balón de voleibol</p> <p>silbato</p> <p>metro</p> <p>cronómetro</p> <p>cuestionarios</p> <p>dibujos</p>	<p>Evaluación Final</p> <ul style="list-style-type: none"> *Cuestionarios *Abdominales *Velocidad máxima 15m. *Fuerza de brazos *Flexibilidad *Salto de longitud *Equilibrio * Ritmo

Para conocer los resultados en la aplicación de la alternativa se realizaron una serie de evaluaciones, en el siguiente capítulo se exponen los resultados obtenidos.

CAPÍTULO IV EVALUACIÓN DE LA ALTERNATIVA

A) Evaluación

Como parte esencial de este proyecto la evaluación constituye la dimensión formativa y reflexiva que posibilita la obtención de datos acerca del desarrollo de los acontecimientos que se dieron en la realización de las acciones; permitiendo con ello, realizar ajustes que hicieron posible mejorar el resultado de dicha aplicación. Se debe considerar a la evaluación como una valoración, un juicio sobre lo que se fue realizando y la confrontación de lo que se tenía planeado, así como lo que se iba logrando, lo anterior permite poner frente a frente el propósito de los resultados parciales y finales y posibilita la toma de decisiones.

Por lo tanto, la evaluación es un proceso que responde a las observaciones que se hicieron durante el desarrollo de la aplicación de la alternativa, conviene precisar que "evaluación significa recoger y analizar sistemáticamente una información que nos permita determinar el valor y o mérito de lo que se hace, con el fin de mejorar lo que se está realizando"³³.

De acuerdo al concepto de evaluación se realizó un seguimiento en la aplicación de la alternativa, para esto, se tomaron en cuenta criterios de congruencia, pertinencia y suficiencia que permiten facilitar la recopilación y el análisis de los datos recabados de acuerdo a los criterios que orientaron el desarrollo, operatividad y evaluación, dichos criterios se explican de la siguiente manera:

³³CEMBRANOS, Fernando, La evaluación en UPN. Aplicación de la alternativa de innovación, Antología Básica, LE'94 UPN, México, 1997, p. 50.

“Congruencia. La relación que existe entre los fundamentos (teórico-conceptuales y de carácter contextual) con los propósitos que se persiguen, la alternativa propuesta, las actividades, los tiempos, los instrumentos, los sujetos y la evaluación.

La pertinencia es entendida como la relación que se establece entre los criterios de trabajo definidos y las condiciones y/o características de los sujetos participantes, el contexto, el propósito, el tiempo disponible, estrategias a seguir.

Suficiencia. Cuando se pone en práctica una alternativa con lo que se espera propiciar cambios significativos en un proceso específico, es necesario que se cuente con criterios de trabajo que abarquen claramente las distintas variaciones, pueden presentar los eventos que serán analizados, ya que nos permitirán comprobar el impacto de las acciones emprendidas”³⁴.

En relación con el propósito planteado *“que los alumnos aprendan y valoren a la educación física para que logren un desarrollo integral, por medio de aprendizajes significativos”*, considero que sí se logró debido a que los alumnos se apropiaron de los conocimientos (equilibrio, resistencia, fuerza, orientación, reacción, velocidad, higiene, alimentación, etc.) necesarios para revalorar y/o conocer lo que es y representa la educación física, también se logró un desarrollo más armónico en los aspectos: físico, psicológico y socioafectivo acorde a sus características, necesidades e intereses.

Para lograr dicho propósito de la aplicación de la alternativa se tomaron en cuenta los objetivos que marca la asignatura de Educación Física, teniendo como punto de partida, un cuestionario inicial (noviembre), aplicado a 50 alumnos del segundo ciclo, obteniendo los siguientes datos; con respecto a la pregunta ¿Qué es para ti educación física? 18 alumnos pensaban que era deporte, 14 no saben, 9 dicen que es ejercicio, 7 que jugar y otros 9 respondieron que es correr, salud, es una clase y algo bonito. Comparando sus respuestas con el cuestionario final el cual se realizó al terminar la aplicación de la alternativa (abril), los resultados fueron; 20 niños dicen que es hacer ejercicio y jugar, 12 más que es deporte y juegos, 12 que nos educan física y mentalmente jugando, 6 que es ejercicio, deportes y juegos y 2 alumnos consideran que son deportes.

³⁴ *Idem.*

Comparando ambas respuestas se puede constatar que durante la aplicación de la alternativa los alumnos han aprendido en un 90% lo que es la educación física de manera general ya que de 18 alumnos que al principio pensaban que era lo mismo educación física que deporte, al final solamente dos alumnos siguen teniendo ese mismo concepto, seguiré trabajando para llegar a que el 100% tengan un concepto adecuado, además también 12 alumnos consideran que se educa a la mente, cosa que ninguno lo había notado y de 14 que no tenían ninguna noción del concepto, se disminuyó a dos, para mi es muy representativo el cambio en la percepción de lo que los niños entienden por educación física, porque de ahí se parte para entenderla y valorarla, con lo que tienen la posibilidad de integrarla a su vida cotidiana.

Para conocer y saber que es lo aprendieron cognitivamente durante las clases de educación física se realizó; un cuestionario final, un diario de campo y el cuaderno circulante aplicado a los alumnos en los que manifestaron lo que aprendieron en la clase de educación física y 46 alumnos de 50, hablan de los temas que trabajamos durante la clase como por ejemplo equilibrio, fuerza, orientación etc. y un 80% saben diferenciar y contestar concretamente lo que significa el equilibrio, fuerza, etc., algunos de ellos presumen con sus demás compañeros acerca de lo que saben y lo que realizan durante las clases de educación física y sobre todo que manejan algunos términos técnicos.

Considero que en un 90% se cubrieron los objetivos planeados con referencia al programa, el 8% restante tiene una idea no muy precisa y un 2% definitivamente no sabe. Con referencia a los temas: alimentación, medio ambiente, higiene, descanso, amor, amistad, salud y educación física. Se evaluaron por medio de crucigramas, etc. Obteniéndose los siguientes resultados (ver cuadro 4).

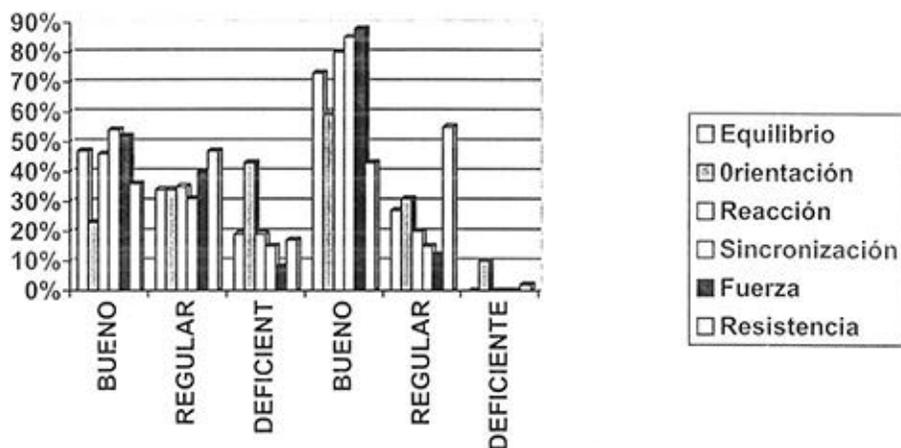
Cuadro 4: Temas de la actividad física para la salud

TEMA	BIEN	REGULAR	DEFICIENTE
ALIMENTACIÓN	55 %	10 %	35 %
MEDIO AMBIENTE	57 %	20 %	23 %
AMOR Y AMISTAD	71 %	13 %	16 %
DESCANSO	83 %	14 %	3 %
HIGIENE	64 %	21 %	15 %
EDUCACIÓN FÍSICA	84 %	12 %	4 %
SALUD	87%	10 %	3 %

En el cuadro anterior se observa la disminución de los porcentajes en los alumnos que no tenían la habilidad mental para resolver los crucigramas, sopas de letras, caminitos, etc.; los ejercicios anteriores me sirvieron para que los alumnos comprendieran que la educación física no solamente es hacer ejercicio físico, sino que somos, una dualidad; cerebro y cuerpo, lo cual ayuda al alumno a lograr un desarrollo integral.

Se manejaron listas de cotejo para conocer el avance de los alumnos en el aspecto físico, se realizó una evaluación al iniciar cada tema y otra al finalizar el mismo (mensualmente), se tomaron los parámetros de bueno, regular y deficiente, comparando ambos momentos se tienen los siguientes resultados (ver gráfica 1).

Gráfica 1: Lo aprendido corporalmente en la clase de educación física



Se observa una disminución entre los que estaban deficientes y los que superaron ese estado para poder acceder al regular o al bueno, con lo cual se comprueba que el trabajo sistemático funciona muy bien y con la aplicación de una buena técnica de enseñanza los alumnos aprenden efectivamente, en la medida en que se enfrentan a situaciones nuevas para lo cual no tienen respuesta previa. A los docentes nos corresponde estimular y tratar de que los alumnos desarrollen al máximo sus capacidades físicas, intelectuales y afectivas

En cuanto al aspecto socioafectivo puedo decir que lograron mejorar en los aspectos de higiene (ya se bañan y acuden más pulcros), en el cuidado de árboles, no tirar papeles, etc. Aquí surge en mi la reflexión de que en un 90% contestan en los cuestionarios lo que es la higiene, como cuidar el medio ambiente, lo que es la alimentación, para que les sirve hacer ejercicio; pero a la hora de aplicarlo en su vida cotidiana, solamente un 5% no lo lleva a la práctica, aunque a mi me gustaría llegar al 100% en el aspecto de vincular lo que aprenden con lo que hacen.

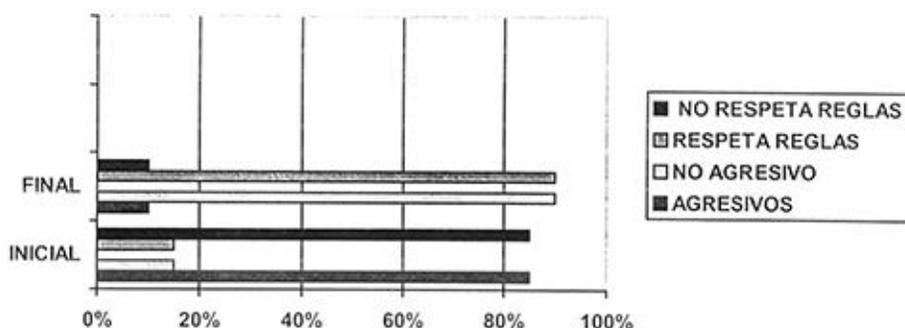
Un 96% considera que el respeto de las reglas les da seguridad y evita discusiones y peleas, también sirven para organizarse, no provocar accidentes, no ser regañados, considero benéfico que se den cuenta de las ventajas de seguir las reglas, pero también me preocupa que algunos alumnos las siguen, sin convicción para no ser regañados, eso me habla de una presión hacia el alumno por parte de los adultos (maestros, padres de familia, etc.) considero que es más importante que acaten las reglas por los beneficios que estas traen consigo y no por miedo.

De su participación en un 75% indican que realizaron un trabajo muy bueno, el 20% consideran que su participación fue regular y un 5% opinaron que fue excelente, me gusta que puedan autoevaluarse y algunos que sean tan honestos en sus apreciaciones, un alumno de los que dijeron que regular dice que fue a veces mal porque molestaba a sus compañeros.

En cuanto a sus actitudes y valores se examinaron por medio del diario de campo y la observación en la clase y en especial durante los juegos, me di cuenta que un 85% de los alumnos son muy agresivos (prevalecía la ley del más fuerte), no respetaban reglas, no les gustaba elaborar hojas escritas, no opinaban, se aburrían cuando se les pedía reflexionar en lo que entendían de tal o cual tema, se pudo observar los cambios que se presentaron en los niños de manera paulatina con lo que respecta a sus actitudes ya que al finalizar la aplicación de la alternativa; un 90% comentó que habían cambiado en su forma de ser, ya no son tan violentos, se respetan más entre ellos, para ello por medio de breves lecturas se fomentaron algunos valores los cuales han sido de mucha utilidad para el buen funcionamiento de la clase y la indisciplina se ha visto superada por una actitud de orden, entusiasmo y cooperación.

Se pueden observar los cambios que se dieron en cuanto a actitudes y valores de los alumnos, (ver gráfica 2) los cuales son sustanciales y halagadores para seguir intentando llegar al cien por ciento.

Gráfica 2: Actitudes y valores de los alumnos



Es motivante contribuir en el desarrollo integral del educando, propiciando que éstos puedan descubrir sus posibilidades y saber utilizarlas, tener confianza de que pueden equivocarse, pero al final alcanzar sus metas, el mejoramiento de sus habilidades físicas y mentales es un logro del cual me siento orgullosa.

Se puede decir que existió pertinencia, suficiencia y congruencia debido a que se consideró en el marco teórico los postulados de Wallon, Piaget y Le Bouch los cuales nos proporcionan las características físicas, psicológicas y socioafectivas de los alumnos con los que se trabajó en la aplicación de la alternativa; Wallon da referentes sobre la importancia del movimiento en el desarrollo psicológico del niño (psicobiológica), así mismo Piaget (psicogenética) indica que hay coincidencia entre la actividad física y la actividad biológica, es decir, existe una continuidad funcional entre la actividad sensoriomotriz y la representación, orientando dicha continuidad la construcción de las sucesivas estructuras. Le Bouch (psicocinética), el esquema corporal es la organización de las sensaciones relativas a su propio cuerpo en relación con los datos del mundo exterior³⁵.

³⁵ P.Vayer, *op. Cit.*, pp. 11, 25, 37.

Estas teorías fundamentan el proceso de desarrollo de los niños en esta etapa escolar (3º y 4º grado), las actividades planeadas, así como los objetivos generales se llevaron a cabo durante el tiempo estipulado (noviembre-abril) de una manera general, no así lo planeado en el cronograma semanal, pues existieron ocasiones donde los alumnos avanzaron más gradualmente, lo cual no impidió que se lograra alcanzara el propósito planeado.

El tiempo, en la planeación en general fue el necesario con lo que se evitó premuras y presión en el alumno lo cual sería contrario a ese clima de libertad que debe darse al proceso enseñanza-aprendizaje. También permitió el desarrollo adecuado de las actividades didácticas planeadas para el desarrollo integral de los alumnos y posibilita que ellos mismos construyan conocimientos significativos a través de sus experiencias y los materiales que tienen a su alcance llegando a conocer sus potencial y limitaciones de forma integral.

El programa vigente de educación física, postula la manifestación motriz como resultante de funciones y procesos biológicos, psicológicos y socioafectivos, esto es evidente en la capacidad del niño para moverse, en el interés que manifiesta por participar en actividades que requieren de su movimiento corporal y en la necesidad de actividades físicas que le son indispensables para conservarse saludable e interactuar con su grupo social de manera eficiente.

Por medio de la aplicación de los juegos físicos y mentales modificaron su forma de pensar, sentir y de entender lo que es una clase de educación física, ya que por medio de éstos, pueden aprender, reflexionar, opinar, etc., así mismo con los crucigramas realizados y el cuaderno circulante en el cual expresan que aprenden jugando y les parece interesante, divertido, creativo y les gusta el que todos puedan participar, opinando que les agradaría que la clase durará más, no obstante de que la educación física se imparte todos los días una hora, lo anterior me permite reconocer que en el alumno, la aplicación de la alternativa tuvo efectos positivos en las distintas áreas (cognitiva, psicomotriz, afectiva).

Durante la aplicación de los juegos físicos planeados, se adecuaron 5 de 21

debido a que no cubrían de manera eficaz los propósitos planteados; por lo cual tuve que implementar la aplicación de otros juegos para sustituirlos, como sugerencia considero que es necesario contar con un fichero de juegos en el que estén clasificados para tener un acceso rápido y eficaz de lo que se busca, eso a mi me ayudó mucho, porque los alumnos están esperando un juego nuevo o diferente cada clase y teniendo de antemano los juegos se evita la improvisación y la indisciplina.

También se realizaron juegos como crucigramas, sopas de letras, unir puntos, caminitos, etc. Los juegos de mesa no son muy conocidos por los alumnos y no son caros, integrándolos como parte de los juegos tradicionales, que se han ido perdiendo y que valió la pena rescatar. (serpientes y escaleras, la oca, la lotería, etc.). Al principio costo trabajo que los alumnos realizaran este tipo de actividad, ahora tengo que seguir buscando e inventado otras actividades similares debido al éxito obtenido, algo que sería positivo además de contestar estos juegos, es que los conocimientos adquiridos los incorporarán a su vida cotidiana; es decir que los alumnos reflexionen lo que están aprendiendo y lo importante que es el aplicarlo.

De acuerdo a los instrumentos utilizados (listas de cotejo, diario de campo, cuaderno circulante, etc.), que permitieron realizar un análisis de la aplicación de la alternativa se tomaron en cuenta los siguientes objetivos de la evaluación; medir el grado de idoneidad, eficacia y eficiencia.

“Idoneidad: si se adecua a la realidad y a lo que queremos conseguir.

Eficacia: si consigue lo que se había propuesto como metas (si ha cumplido los objetivos y produce el efecto deseado).

Eficiencia: cuánto de bien consigue eso que se había propuesto (cuánto tiempo y recursos han sido empleados).

Fomentar un análisis prospectivo sobre cuales y cómo deben ser las intervenciones futuras”³⁶.

De acuerdo al desarrollo de la aplicación de las actividades didácticas, considero que la propuesta inicial integrada dentro de este proyecto, adquiere un carácter flexible en el momento de la aplicación, tomando en cuenta el contexto donde se desea aplicar, los aspectos metodológicos, las técnicas de enseñanza, los juegos y materiales; algunos de ellos pueden variar de acuerdo a las características de cada plantel escolar, para llevar a cabo esta propuesta pedagógica, pero sin perder de vista el objetivo principal.

³⁶ Cembranos, ...*op. cit.*, p. 38.

Según el papel de la evaluación, esta puede cumplir dos aspectos; el formativo y el sumativo.

“Formativa: hace un seguimiento del programa o actividad. se puede considerar que esta evaluación es una parte integral del proceso de planificación y desarrollo de un programa, y su función es ofrecer una retroalimentación constante que contribuya a la replanificación y el aprendizaje sobre la intervención, mientras esta se este llevando a cabo en general, la evaluación formativa cumple la función de ayudar a los implicados en el programa a mejorar y ajustar lo que se está haciendo.

La evaluación de tipo sumativo determina hasta que punto los objetivos se cumplen o se producen determinados efectos no previsto; la evaluación se realiza una vez finalizado el programa. Valora el producto final, va más encaminada a la toma de decisiones y sirve como medio de controlar responsabilidades”.³⁷

Por lo anterior y realizando una valoración general de la alternativa, considerando que se aplicó en una población de la que desconocía sus costumbres, hábitos y valores y que éstos no fueron los óptimos para realizar el proyecto, los resultados superaron con mucho las expectativas, ya que los alumnos aparte de aprender lo que es y lo que representa la educación física individual y socialmente, la interrelación que se da con las otras materias, favoreciendo su aprendizaje, también adquirieron valores como el respeto, la responsabilidad, la solidaridad, etc., que espero se conviertan en hábitos para ellos.

A partir de los resultados de la evaluación realizada a los contenidos programáticos, al propósito de la alternativa, juegos, técnicas de enseñanza, recursos utilizados, tiempo y tipos de evaluación los resultados y posibles ajustes son los que a continuación enuncio :

Como sugerencia puedo decir que es necesario en la medida de lo posible incluir todos los factores de la planeación que intervienen en el desarrollo y el aprendizaje del alumno, de no darse lo anterior, éste se puede obstaculizar, limitar e inclusive interrumpir.

Para Una futura aplicación de ésta alternativa, considero pertinente hacer énfasis en que al seleccionar los juegos se tomen en cuenta los siguientes aspectos, para lograr eficiencia y efectividad.

³⁷ *idem*, p. 38

- Tiempo adecuado y suficiente
- Respeto de las reglas de cada juego
- De acuerdo a la edad de los alumnos
- Interés del educando
- De acuerdo al propósito planeado
- Indicaciones necesarias, suficientes y pertinentes.
- Material necesario
- Actitud de los niños
- Logro del objetivo

Contar con un fichero de juegos en el que éstos estén clasificados para tener un acceso rápido y eficaz de lo que se necesita.

Trate de utilizar las distintas técnicas como series de tareas, enseñanza recíproca, trabajo en equipo, descubrimiento guiado, resolución de problemas. Se me dificultó que los alumnos asimilaban las diferentes formas de trabajo y lo que hice es enfocarme a la actividad en equipo, resolución de problemas y descubrimiento guiado, en los cuales se obtuvieron mejores resultados.

Es necesario que el profesor tenga un dominio acerca de las técnicas a utilizar y no tratar de abarcar tantas, sino ir poco a poco de acuerdo a las necesidades e interés de los educandos.

Trabajar con materiales diversos los cuales indican que el alumno construirá el conocimiento por medio de la manipulación de objetos concretos, utilizando todos sus sentidos, tratando de que el proceso enseñanza-aprendizaje sea significativo y placentero para él.

Puedo concluir que la alternativa dio excelentes resultados y una frase que se me ocurre para cerrar es “jugar es serio y aprender puede ser divertido.”

CONCLUSIONES

¿Qué es un proyecto de intervención pedagógica? Desde mi perspectiva, es la proyección y planificación del trabajo y de la acción pedagógica que nos proponemos desarrollar y la cristalización de lo que se espera lograr en los alumnos dentro del proceso enseñanza-aprendizaje.

La proyección y la planificación se dan en dos niveles. Uno de carácter mental, y el otro, escrito. En el primero, yace una estructura cognitiva, es decir, una compleja categorización del pensamiento que nos dirige y da un sentido a nuestro trabajo. En esta planificación mental se depositan aspiraciones, expectativas, propósitos, metas, objetivos, estrategias y explicaciones acerca de lo educativo y de cómo el proceso formativo de los muchachos se puede lograr de una manera positiva.

La planificación escrita, se refiere a la forma en la que un maestro hace concretos sus pensamientos, podría decir que ésta, es un instrumento con el cual sabemos a donde y como llegar a las metas propuestas. Esta planificación refleja y resume una pequeña parte mental, ya que esta última es más compleja y ambiciosa que la de carácter escrito conduce a los alumnos al éxito, utiliza eficientemente los recursos educativos y desarrolla con los alumnos estrategias didácticas útiles para la formación integral del niño.

Durante la planeación surgieron en mis preguntas como; ¿Qué es lo que creo que deben aprender? ¿Cómo lograrlo?, ¿De qué forma controlaré el proceso? Estas preguntas son las que cada uno de nosotros como maestros nos deberíamos de hacer todos los días en nuestros centros de trabajo.

Por medio de la educación física, a través del juego y el movimiento, los alumnos logran conocer sus limitaciones y alcances con lo que obtienen confianza y seguridad en sí mismos, logrando un acomodo de las nociones y los conceptos a nivel cognitivo, por la vía del descubrimiento y de la exploración de la aplicación de nuevas formas metodológicas de utilizar el juego.

El acomodo tiene que ver con la serie de intercambios entre el alumno y el medio, donde existen objetos, personas, acciones, que influyen y determinan al sujeto. Esta influencia no produce una respuesta mecánica, sino al contrario, el alumno tiende a modificar su conducta de acuerdo con las exigencias de ese medio.

La práctica educativa y el conocimiento sistematizado del educando demuestran que el desarrollo físico impacta, además de la salud, en el desempeño intelectual y en el fortalecimiento de sus habilidades básicas para el aprendizaje.

Con el juego organizado y otras actividades físicas los alumnos aprenden a construir y seguir normas, con lo que se fortalece su personalidad en todos los aspectos.

El cambio en el estilo de trabajo que se desarrolló en los patios y otras instalaciones para impartir la clase de educación física constituye, en buena medida, una innovación dentro de mi práctica docente, considero que esto abre para los alumnos horizontes más amplios en el desarrollo de sus potencialidades y capacidades físicas, de organizar y responsabilizarse de sus acciones y del trabajo en equipo.

Los propósitos claros e importantes, acompañados de estrategias innovadoras, permitirán a los docentes lograr en los alumnos aprendizajes que sean interesantes y relevantes para ellos.

La alternativa con la que trabajé fue el juego y del cual puedo decir que: para el niño, jugar es la actividad que lo abarca todo en su vida; trabajo entretenimiento, adquisición de experiencias, forma de explorar el mundo que lo rodea, etc. El niño no separa el trabajo del juego y viceversa. Siempre es motivo de alegría y de aprendizaje. El juego ocupa, dentro de los medios de expresión de los niños, un lugar privilegiado. No se puede considerar solo como un pasatiempo o diversión. Es más que nada, un aprendizaje para la vida adulta. El juego es imprescindible para el crecimiento físico, intelectual social y afectivo del niño.

Según la edad, los niños juegan con diferentes elementos y disfrutan diversos juegos, variando el tiempo que a cada uno de ellos dedican. También al jugar van conociendo las posibilidades de su cuerpo, de su imaginación, destreza

mental, de sus intereses, etc. Piaget considera al juego como una actividad que permite la construcción del conocimiento en el niño.

Sin embargo debido a la diferencia excluyente entre trabajo y juego en el sistema escolar de nuestra sociedad, los maestros y padres de familia perdemos con ello una herramienta didáctica esencial para el desarrollo de la infancia. El darme cuenta que por medio del juego se pueden lograr los propósitos planeados me ayudó al éxito del proyecto realizado, por lo cual puedo decir que el juego es la llave para el desarrollo integral del educando, siempre y cuando se lleve a cabo de una manera sistemática y planeada, con objetivos y propósitos bien definidos.

Realizando una valoración general de la alternativa y considerando que se aplicó en una población en la cual consideré inicialmente que los valores no fueron los óptimos para realizar el proyecto, los resultados superaron con mucho las expectativas, ya que los alumnos aparte de aprender lo que es y lo que representa la educación física individual y socialmente, además la interrelación que se da con las otras materias, favoreciendo su aprendizaje, también adquirieron valores como el respeto, responsabilidad, solidaridad, etc. Que espero se conviertan en hábitos para ellos.

También me di cuenta que no hay niños y niñas mejores ni peores, ni tampoco que hay buenos y malos juegos, sino que hay buenas y malas estrategias de intervención didáctica. El éxito de todo proceso de enseñanza aprendizaje depende de una u otra estrategia; pero principalmente depende de la intervención del profesor.

La realización de este proyecto fue gracias a los alumnos, quienes sin saberlo me han impulsado y ayudado a superarme.

BIBLIOGRAFÍA

- BRITO, Luis F., *Juegos y prácticas para alcanzar un desarrollo físico óptimo*. Edamex, México, 1998, 218 p.
- CRATTY, Bryant J., *Desarrollo intelectual*. Pax-México, México, 1977, 189 p.
- Diccionario de frases celebres, Olimpo, México, 1961, 293 p.
- GÓMEZ, Margarita, *El niño y sus primeros años en la escuela*. SEP, México, 1995, 229 p.
- _____, *Psicología genética y educación*. SEP, México, 1987, 254 p.
- HERBERT, Ginsburg y Opper, Sylvia, *Piaget y la teoría del desarrollo intelectual*. Prentice/Hall Internacional, España, 1976, 227 p.
- HERNÁNDEZ, Isaura. "Educación Física y deporte una evaluación". Educación 2001, núm. 16, México, 1996, 64 p.
- HUIZINGA, Johan, *El homo ludens*. EMECE, Buenos Aires, 1968, 187 p.
- IBARRA, Luz María, *Aprende mejor con gimnasia cerebral*. Garnik, México, 1999, 124 p.
- LE BOULCH, Jean, *La educación por el movimiento en edad escolar*. Paidós, México, 1990, 284 p.
- M. YELA, *Antología de educación física*. SEP, México, 2000, 310 p.
- MENDOZA, Beatriz, *¡Todos los niños pueden aprender!*. Instituto de Investigaciones de problemas de aprendizaje, A.C., México, 1997, 284 p.
- MOSSTON, Muska, *La Enseñanza de la Educación Física*. Paidós, Buenos Aires, 1990, 246 p.

PERALTA, Héctor José, *Educación física, deportes y recreación*. Arte-Publicaciones, Bogotá, 1994, 111 p.

Educación Física para la vida. Arte-Publicaciones, Bogotá, 1993, 102 p.

RUIZ, Armando, *Aprendizaje escolar*. Instituto de investigaciones de problemas de aprendizaje. A.C., México, 1995, 301 p.

S. Lebovici, *Significado y función del juego en el niño*. Prometeo, México, 1983, 73 p.

SEGOB, "Ley general de educación", Diario oficial de la Federación Secretarías de Educación Pública. martes 13 de julio de 1993, México, 62 p.

_____, Acuerdo No. 200 Normas de evaluación del aprendizaje, en la educación primaria, secundaria y normal. "Diario oficial de la Federación" 19 de septiembre 1994, México, 1994, 45 p.

SEP, *Programa de Educación Física*. SEP, México, 1994, 258 p.

UPN, Aplicación de la alternativa, Antología Básica, LE'94 UPN, México, 1997, 209 p.

_____. Corrientes pedagógicas contemporáneas, Antología Complementaria, LE'94 UPN, México, 1994, 176 p.

_____. El desarrollo de la psicomotricidad en la educación preescolar, Antología básica, LE'94 UPN, México, 1995, 216 p.

_____. El juego, Antologías Básicas, LE'94 UPN, México, 1994, pp. 360 p.

_____. Hacia la innovación, Antología básica, LE'94 UPN, México, 1994, 190 p.

ANEXOS

PLAN DE CLASE

QUINTIL GOMEZ ALVAREZ 21-1017

CICLO: I-X-X

ANEXO N° 1

PROPOSITO:		Lactancia, su orientación y velocidad			FECHA	
U.E.	SEM.	PER.	CAMP.	CLAS.	INSTR.	FECHA
					B A E	2011/11/17
						ACTIVIDADES
						PARTE INICIAL
						- Recepción del grupo
						- Realizar estimulación motora funcional de los pies a la cabeza
						- Desplazarse de diferentes maneras hacia derecha, Izquierda, adelante, atrás, con, lejos adelante, atrás
						PARTE MEDULAR
						- Colocar dif. objetos en el piso y ubicarse.
						- Jugar con globos
						- Formar figuras con su cuerpo en el piso
						- Con palos de madera realizar diferentes actividades
						Material: Tamarite y sima y
						= pero con pajitas
						= " con 6-8-12
						- Realice silenz con diferentes objetos
						- Lanzar diferentes objetos y antes de tocarlos tocar el piso
						PARTE FINAL
						- Jugar a gatear a la vez al ser.
						- Jugar con dif.
						- Hablar acerca de la importancia de tener amigos y aprender a respetar las reglas y a respetar compañeros.
						MATERIAL
						- Pelotas
						- Aros
						- Bolas
						METODO: (S)
						- Método directo
						- Descubrimiento guiado

VALORACION: BUENA CONFERENCIA: BUENA
 Se realizó en cada clase por medio de la observación



[Handwritten signature]

INSTRUMENTO DE ENSEÑANZA FÍSICA
[Handwritten signature]

PROFESORA EDUC. FISICA

[Handwritten signature]
 PROFESORA DE VIA RODRIGUEZ M

INSTITUCION EDUCATIVA...
 CARRERA DE EDUCACION FISICA
 PERIODO I - 2011

EVALUACION DIAGNOSTICA

EDUCACION FISICA

- 1.- ¿ Conoces algún deporte ? SI NO
¿ CUAL? balon
- 2.- ¿ Practicas algún deporte ? SI NO ¿ CUAL? balon
- 3.- ¿ En dónde lo practicas ? CALLE ESCUELA DEPORTIVO
- 4.- ¿ Qué haces en tu tiempo libre ? JUGAR ENTRENAR VER T.V.
JUGAR VIDEOJUEGOS ~~LEER~~ DORMIR OTRO
- 5.- ¿ Sabes si tienes alguna limitación para realizar algún ejercicio ? SI NO
¿ Cuál ? _____
- 6.- ¿ Cuántas veces a la semana te bañas ? 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. 4
- 8.- ¿ Cada cuando te lavas las manos ? todos los días
- 9.- ¿ Sabes para que te sirven los alimentos ? para nutrirse
- 10.- ¿ Te gusta la naturaleza ? SI-NO ¿ Por qué ? porque
- 11.- ¿ sabes lo que es la contaminación ? no
- 12.- ¿ Conoces lo que pasa en tu cuerpo cuando hay contaminación ?
no
- 13.- ¿ Consideras que es necesario hacer ejercicio fisico ? SI NO ¿ Por qué ?
SI porque
- 14.- ¿ Te gusta jugar solo o acompañado ? acompañado
- 15.- ¿ Te enojas mucho cuando juegas ? no
- 16.- ¿ En dónde te vives que juegos se practican ? _____
- 17.- ¿ Te gusta tener amigos ? SI NO ¿ Por qué ? _____
- 18.- ¿ Para ti que es la amistad ? _____
- 19.- ¿ Para ti que es la libertad ? _____
- 20.- ¿ PARA TI QUE ES EDUCACION FISICA ? deporte
- 21.- ¿ QUE ESPERAS APRENDER EN ESTE AÑO ESCOLAR EN EDUCACION FISICA?
patin

Jose

Antonio Moreno Pichaco

ESC. PRIM. QUINTIL GÓMEZ ALVARES 24-1017

LISTA DE COTEJO DE SEGUNDO CICLO

1ª

No	NOMBRE DE LOS ALUMNOS	EQUILIBRIO			ORIENTACION			REACCION			OBSERVACIONES
		B	R	D	B	R	D	B	R	D	
1	MACEDO EMICENTE MARIA DEL C		✓								
2	MACIAS MORAN EDREY OMAR			✓			✓			✓	
3	MENDOZA GUERRERO MARIA GABEL		✓			✓					
4	MORENO FRANCO LUIS ANGEL					✓			✓		
5	MORENO HERNANDEZ ARELY			✓							✓
6	LEYVA VERAZ GUSTAVO SALVADOR		✓				✓			✓	
7	LÓPEZ NÚÑEZ MARCOS	✓									
8	MACEDO RAMÍREZ NADIA PAREN		✓				✓			✓	
9	MARTÍNEZ JUÁREZ JESSICA						✓			✓	
10	MONTIEL SANCHEZ DANIEL			✓			✓			✓	
11	PINA URIBE JENNY ALEJANDRA			✓			✓			✓	
12	RAMÍREZ OLIVERA SERGIO JOSUE	✓							✓		
13	HUCHA PÉREZ MARIO										
14	RODRÍGUEZ FLORES JESSICA SARAI			✓						✓	
15	SEGURA MONTES DE OCA DANIELA		✓								
16	TELLEZ PEREZ IVETTE VANESSA		✓			✓					
17	VERGARA PEREZ LUIS RAUL		✓							✓	
18	ORTEGA ZARAGOZA KARLA CECILIA		✓				✓			✓	
19	VALADEZ GONZÁLEZ DULCE MARGARI						✓				
20	MORALES MORALES ANTONIO DE JESUS		✓							✓	
21	OTERO LARA JOSÉ DAVID	✓									
22	PARRA BENTÉZ OMAR URIEL	✓									
23	PEREA ORTUÑO ALFONSO ROBERTO						✓			✓	
24	RAMÍREZ SÁNCHEZ DANIELA	✓									
25	RECILLAS MORAN JOCELYN JESSAMYN		✓				✓			✓	
26	MORÁN RAMOS YOVANY FERNANDO		✓				✓			✓	
27	ROMERO LUNA ABRAHAM	✓									
28	RUIZ MENDOZA ENRIQUE		✓				✓			✓	
29	SANCHEZ MALDONADO JOANA MARISO										
30	JIMÉNEZ MORALES JUAN CARLOS	✓								✓	
31	VARGARA PÉREZ LUIS ALONSO	✓								✓	
32	ZAMORA ROJAS ANDREA										
33	ZURITA FLORES SHATAL ALEJANDRA	✓								✓	
34	BELTRÁN HERRERA ANA GUADALUPE										
35	CASTELLANOS CALDERÓN JUDITH ANA			✓						✓	
36	MORA PACHECO JOSÉ ANTONIO		✓							✓	
37	BADILLO CRUZ IGNACIO			✓						✓	
38	BERRUN DELGADO MARTIN ALBERTO		✓							✓	
39	AVILA VARGAS GEORGINA										
40	CEDEÑO BASURTO SERGIO IVAN										
41	CORTÉS AGUILAR JESUS UBALDO		✓							✓	
42	BADILLO CRUZ JOVARIY										
43	SAGADO GARCIA LUIS EDUARDO			✓						✓	
44	ALARCON ORTEGA ALEJANDRO			✓						✓	
45	DE JARAMA MARTINEZ MA. GRI										
46	SABALLERO VAZQUEZ IVAN RODOLFO	✓									
47	SARAVANTES LOPERENA ARISEBETH										
48	HERRERA RUIZ MARTHA ANGELICA										
49	ORTEGA MAYA JENNIFER BERENICE										

B = BIEN R = REGULAR D = DEFICIENTE

PROFRA DE EDUCACION FISICA
SILVIA RODRIGUEZ MARTINEZ

ESCUELA PRIMARIA "QUINTIL-GOMEZ ALVAREZ"

NOMBRE DEL ALUMNO: Matcos López N.L. 7

CUESTIONARIO # 2 =

1.- ¿Qué es orientación?

Orientarme con los
 puntos cardinales
 de alguna otra cosa con lo que te ayudes

2.- ¿Cómo te puedes orientar?

con los puntos
 cardinales

3.- ¿Cómo lo puedes utilizar?

para orientarme y saber
 dónde voy a ir cuando
 voy a ir

4.- ¿La orientación con que lo relacionas de lo realizado en clase de educación física?

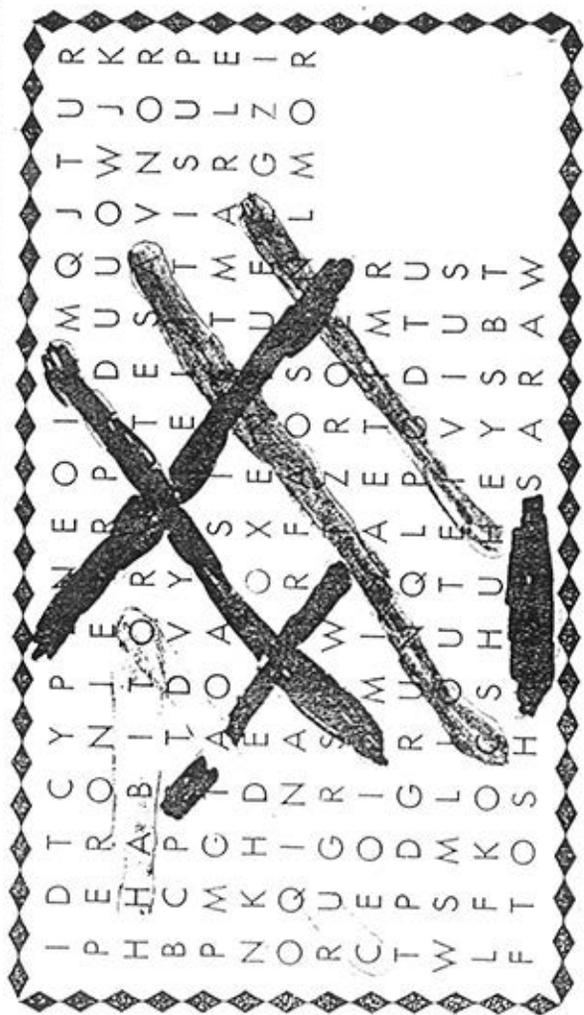
con la brújula
 llega

5.- ¿Para ti qué es la alimentación?

comer platos
 variados

INSTRUCCIONES: Localiza, entre las letras, las palabras siguientes.

Amaya 4-1994



- hábito
- salud
- constancia
- disciplina
- cuidado
- limpieza
- aseo
- higiene



A las palabras no se las lleva el viento. Debes nombrar las cosas y hacerlas, sobre todo aquellas bellas palabras que te sirvan para vivir mejor.

NOMBRE DEL LAUMNO: Estefanía Cid Cruz FECHA: 20/06/20

EDUCACION FISICA

ALIMENTACION

JUEGO

~~REACCION~~

ORIENTACION

FUERZA

EQUILIBRIO

SALUD

EDUCACION FISICA

~~HIGIENE~~

~~VOLEIBOL~~

~~FUTBOL~~

~~BASQUETBOL~~

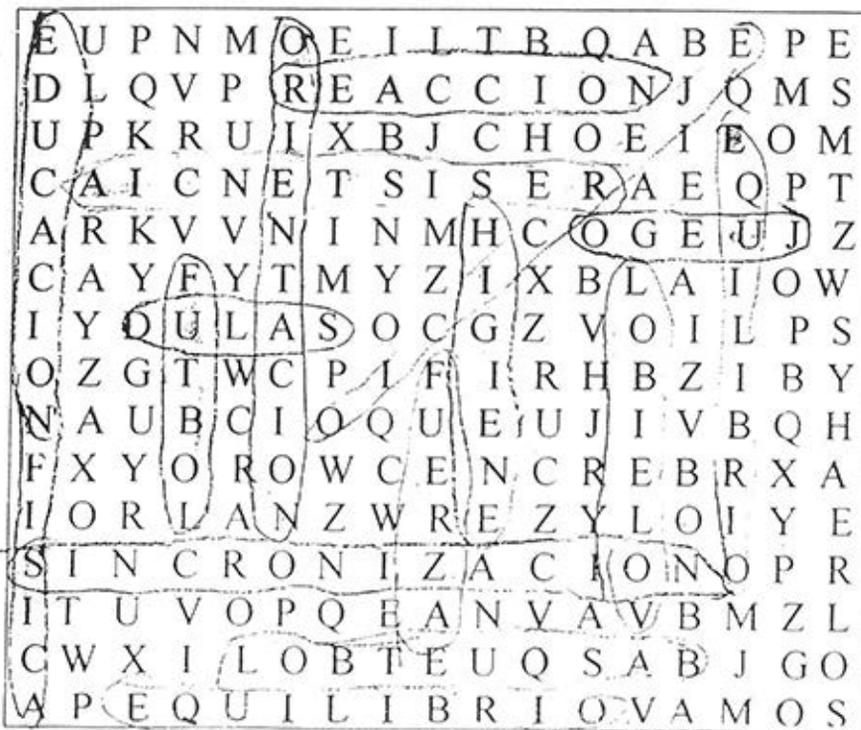
~~EJERCICIO~~

~~RESISTENCIA~~

~~SINCRONIZACION~~



La educación física es una materia que contribuye al desarrollo físico y mental de las personas.



NOMBRE DEL ALUMNO: Maria del Carmen Macedo Ericente
GRUPO: 2 ciclo C EDAD: 8 años N.L. 7 FECHA: 10 de Noviembre

1.- Describe las actividades realizadas durante la clase: mantener el equilibrio y lo aprendi jugando

2.- Di que aprendiste hoy en la clase: lo del equilibrio

3.- Da tu opinión sobre lo realizada en la clase: que esta divertida por que jugamos y aprendemos

4.- Escribe alguna (s) sugerencia (s) que tengas para la clase:

ami me gustaria que la clase durara mas tiempo

"El bravicon"



a fama que había alcanzado no era por buen estudiante ni mucho menos por su comportamiento en la colonia, sino por su indisciplina y las constantes agresiones a sus compañeros dentro de la escuela. Además las frecuentes riñas y bromas enojadas le habían hecho merecedor de los peores calificativos entre los vecinos.

- Soy el mejor, el más valiente -decía a sus compañeros cuando estaban en el recreo- y quien lo dude, que me lo diga para demostrarle "qué soy yo".

Esas afirmaciones con toda altanería, eran perniciosas hacia sus condiscípulos quienes, no sólo rehuían el enfrentamiento sino que además lo ignoraban.

- Ya te fijaste en ese "chavo", ni siquiera se atreve a verme -decía el bromista a un "dizque" amigo- sabe que si lo hace le irá muy mal porque conmigo no se juega. Tú bien lo sabes "vano", a mi nadie me gana en nada.

Dentro de las actividades deportivas que realizaba la Delegación Política en la colonia, ese año incluyó el boxeo deportivo. La participación era abierta y espontánea. Conocida la presunción del "perfumado", así le decían, alguien lo hirió en su amor propio invitándolo a participar.

Como era de esperarse, no pudo eludir el reto; él, el valiente, el que a nada ni nadie temía, jamás podía decir: ¡No! Con los guantes ya puestos en aquel "ring", dijo a su cuarte el "vano":

- Aunque es a dos "rounds" la pelea, vas a ver como este "tlico" no me dura ni un minuto. Si cuando va

en la calle ni siquiera se atreve a mirarme, ¡imagínate cómo se comportará dentro de un ring!

¿Qué fue lo que sucedió? ¿Cómo pasó aquello? ¡Jamás! pudo explicar esto. Él se acordaba de haber estado en el piso del "ring", con la cabeza al fondo, viendo cómo la gente que estaba alrededor giraba como si fuera montada en un carrusel de feria. Ahora, todo mezclado, veía en la esquina a un "tlico" gigante que lo invitaba a seguir peleando.

Una rechifla lo acompañó cuando bajó del cuadrilátero para irse a su casa. Con la borolla clavada en el pecho, sus ojos veían cómo sus lágrimas manchaban el suelo.

REFLEXIÓN:

Para que reconozcas un quinto en su vida, es necesario que tengas un sexto. Mientras más sexto tienes, más quinto tendrás. Si tienes un sexto, no necesitas un quinto. Si tienes un quinto, necesitas un sexto. La inseguridad que tenemos, es tanto que nos salta en la cara para ocultar su nombre. Nuestra habilidad personal que sepan hacer todos, pero sé, que la inseguridad habla.

La verdad: es la mejor manera de decir cuánto te gustan, con ella podemos revelar los errores, sin compromisos e incluso te damos más fuerza que si empleas la tibieza.

«Como explicamos esta idea? Con sencillez.» No es la naturaleza, es sin respuesta de amigos.