

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
SECRETARIA DE EDUCACIÓN EN EL ESTADO DE MICHOACÁN
UNIDAD UPN 16B

**"Una Alternativa Metodológica para la Enseñanza de
la Educación Física en Preescolar"**

PROPUESTA PEDAGÓGICA

QUE PRESENTA

CLAUDIA MORALES RÍOS

PARA OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADA
EN EDUCACIÓN PREESCOLAR PARA EL MEDIO INDÍGENA

ZAMORA, MICH. 2001

ÍNDICE

Introducción

Capítulo I. Docencia

A Docencia.

B. Justificación

- La esfera social
- La esfera cognoscitiva
- La esfera del lenguaje.
- La esfera motora.

C .Objetivos

- Objetivo general
- Objetivos específicos

Capítulo II. Mi Formación.

Capítulo III. Propuesta bajo el nuevo enfoque.

A. Estimulación perceptivo motriz.

B. Capacidades físicas condicionales.

C. Formación deportiva básica

D Actividad física para la salud.

E. Interacción social

Resultados.

Bibliografía

INTRODUCCIÓN

La Educación física es considerada como una de las materias con un potencial formativo que ofrece grandes posibilidades al niño para desarrollarse con plenitud, respetando sus características biológicas y sociales así como su propio interés.

El propósito de esta propuesta implica un cambio en la planificación de las actividades motrices; con esto quiero decir que las actividades que se determinen sean interesantes y atractivas pero que se fundamenten en los objetivos marcados en el programa.

El presente documento se ubica dentro del campo de la Educación Física "*una alternativa metodológica para la enseñanza de la educación física en preescolar*".

Tiene como fin ayudar a quienes no cuentan con un profesor especializado en esta área, consecuentemente beneficiar a los niños que están a su cargo.

Está integrado por cinco apartados, en el primero describo mi problemática donde doy a conocer cómo mi práctica era tradicional y rutinaria imponiendo los mismos temas, planes muy extensos y agotadores, pero lo más triste era realizar las clases de Educación Física, pues no cuento con un profesor especializado en esta área, las sesiones que imparto están basadas en una capacitación de tres días sin bases ni fundamento, sin conocer a fondo el porqué y para qué de las clases.

En el apartado dos se justifica el porqué considero un problema el planear y ejecutar actividades motrices interesantes para el niño, porqué me interesa a mi como profesora este problema y para qué lo quiero resolver.

En el apartado tres se señalan los objetivos, el general nos habla de la finalidad prioritaria del trabajo y los específicos determinan qué actividades se van a desarrollar para lograrlo.

En el apartado cuarto hablo de mi formación, en mi familia, mi escolaridad, la práctica que desempeñé antes de estudiar la Universidad Pedagógica Nacional y mi labor docente a partir de que ingresé a la misma además, la teoría que sustenta la propuesta.

En el quinto apartado, describo la propuesta bajo el nuevo enfoque, que pretendo dar en la enseñanza de la Educación Física, la técnica empleada y las actividades planeadas

previamente. Los resultados que se obtuvieron y los libros que se consultaron.

Al final se encuentran unas graficas que representan la preferencia que tiene le niño por el movimiento, así como el formato de la ficha de identificación y una aproximación de evolución de los propósitos planeados.

CAPÍTULO I

DOCENCIA

A. Docencia

*"Saber ser maestro implica la apropiación no sólo de contenidos y de teoría pedagógica, sino también de una cantidad de elementos más sutiles e implícitos en esos puntos donde se cruzan lo afectivo y social con el trabajo intelectual; son ejemplo de ello la cantidad de saberes que se integran a la habilidad docente de trabajar con un grupo, de atender sus inquietudes y organizar su actividad"*¹

Los responsables de la educación de los niños somos: los padres, los profesores, la sociedad, los primeros tenemos acción directa sobre aquellos con el fin de educarlos y al llevarse a cabo este proceso será conveniente que cada uno retorne su propia responsabilidad y tareas específicas a realizar.

A los padres les compete guiar la vida no solo escolar, sino también familiar y social de los hijos, de lo que no pueden ni deben desentenderse.

Los profesores juegan un papel activo en las metas educativas que se persiguen en su quehacer docente, por lo tanto la responsabilidad educacional es grande dado que se mantiene contacto más prolongado con el alumno por ser éste el orientador de la enseñanza, aunando a esto debe ser fuente de estímulos que lleve al alumno a reaccionar para que se cumpla el proceso de aprendizaje.

Por su parte el alumno es quien aprende, aquél por quien y para quien existe la escuela, la cual deberá contar con las condiciones adecuadas para recibirlo, según su edad y características personales. Por lo tanto al llevar a cabo el proceso enseñanza-aprendizaje debemos actuar en conjunto, armónica y coordinadamente, padres y maestros ya que el educando necesita sentirse apoyado, protegido y orientado.

Sin embargo es tan común ver que quienes realmente deben apoyar este proceso no lo hacen, los principales motivos podrían ser el rápido aumento de escuelas así como las

¹ UPN. Análisis de la práctica docente. México, SEP, 1995, P. 16

deficientes instalaciones escolares, material didáctico y personal habilitado. Se puede decir que con el paso del tiempo estos problemas no han dejado de existir, siendo así, es urgente tomar medidas para mejorar la calidad de enseñanza y esto se hará posible cuando el profesor tome la iniciativa para cambiar el comportamiento didáctico, ajustar la enseñanza a la realidad del niño, no es suficiente con que el profesor conozca y enseñe bien los contenidos, no es únicamente la materia lo valioso, es preciso considerar al alumno, su medio físico, social, afectivo y cultural, contar con técnicas y procedimientos adecuados al nivel evolutivo, intereses y necesidades así como las posibilidades del niño.

A lo largo del tiempo la educación ha tenido muchas transformaciones, pero sin moverse de la perspectiva tradicional y se sigue pensando en el desarrollo de la comprensión intelectual de los niños y los valores permanentes de la sociedad.

Así pues han surgido "los centros de Educación Preescolar Indígena: son espacios educativos creados para atender a niños de 4 a 6 años de edad"² fundamentada en una educación bilingüe, con el fin de conservar, valorar y recupera las características de las comunidades indígenas.

Puedo decir que algunas educadoras que yo conozco sólo se limitan a dar lecciones, las cuales ya están programadas "se pretende transmitir la información en forma verbal y abstracta"³ y no se da oportunidad al niño de manifestar sus inquietudes y deseos o actuar en forma libre, ya que la educadora sigue el contenido del programa de Educación Física que a pesar de que es flexible cae en lo tradicional por manejar sólo el mando directo y esto hace que no podamos desviarnos.

Mucho se ha hablado de los principios de la escuela nueva, donde se involucran mutuamente el maestro y los alumnos, el primero promueve la participación para que el alumno plantee espontáneamente sus ideas, dudas o problemas, esto hace que el profesor retome las aportaciones de los niños, preocupándose porque los contenidos programáticos se relacionen con el contexto del niño, de esta forma se promueve la reflexión, la participación para la elaboración y resolución de lo que acontece en el trabajo escolar por lo

² UPN El campo de lo social y la Educación Indígena I. México, SEP. 1997, p. 215.

³ Ibidem p. 39

que "el educador ya no es sólo el que educa sino aquél, que en tanto educa, es educado a través del diálogo con el educando"⁴ aunque esta educación crítica ya es mejor aceptada que antes no ha tenido gran progreso debido a que estos principios como libre exploración y descubrimiento guiado, no se han aplicado porque es más difícil desarrollarlos, pues esto implica un trabajo mucho más diferenciado y atento, aunando a esto el personal docente muchas veces no tiene el perfil adecuado por falta de actualización profesional lo cual se puede adquirir por medio de cursos, coloquios, etc.

Si el personal docente tomara la iniciativa para desarrollar los principios de la escuela nueva teniendo en cuenta las necesidades surgidas a partir de la interacción social, quizá se pudieran lograr cambios en beneficio de las educadoras implicadas y en consecuencia de las niños.

Esta problemática existe en nuestro nivel y aún no hemos sido capaces de cambiarla ya que el objetivo de la educación preescolar es promover el desarrollo integral del niño, lo cual implica el no dejar a un lado alguna de las tres esferas que lo conforman las cuales son; afectivo-social, cognoscitivo y psicomotor este último aspecto se ha visto limitado pues el no contar en nuestro Jardín de Niños con un profesor de Educación Física, implica que la educadora imparta la clase como pueda, factor que se suma a los problemas ya existentes dentro del aula, e influya a no querer aplicarla, en el mejor de los casos que se sienta con el interés o inquietud de conocer más a fondo la metodología, tomando la decisión de buscar alternativas sobre el desarrollo de éstas, ya que el fungir como profesora de Educación Física, a pesar de que no tengo el perfil o formación necesaria para el desarrollo de esta clase, con lo cual quiero decir que no se tienen los conocimientos sobre las actividades lúdico-motrices que el niño en esta edad requiere para su desarrollo motriz, ya que éstas proporcionan al niño un sinnúmero de experiencias significativas "la actividad física está incluida en toda actividad del sujeto, cualquiera que sea la naturaleza de su actuar, refleja sus ideas, sentimientos, inquietudes y pensamientos"⁵

Por medio del juego el niño en edad preescolar reproduce las acciones que vive

⁴ UPN Curso Propedéutico. México., SEP, 1997, P. 51.

⁵ SEP Actividades psicomotrices en el jardín de Niños. SEP, México, 1991, p.5

diariamente, interactúa con su entorno, expresa sus deseos, sus conflictos “el juego es una especie de escuela de relaciones sociales, ya que disciplina a aquellos que lo comparten, los hace aprender, tomar acuerdos, interrelacionarse, integrarse al grupo”⁶ además pone en funcionamiento la imaginación, que se transforma en movimiento, en gestos, etc., en el juego podemos observar, su manera de ser, de comunicar, de crear y de expresar, Freud y Piaget consideran que el juego es una actividad valiosa e importante para el niño, donde descarga tensiones y expresa sentimientos, de forma personal considero al juego como una actividad innata en la que interviene la imaginación, los sentidos y el movimiento.

Algunos tipos de juegos; (tomado de Parten 1932; Parten y Newhall 1943).

Tipos de juegos del niño preescolar.	Descripción de la conducta.
Juego desocupado	El niño no se compromete con otros niños frecuentemente contempla pasivamente la marcha de las actividades de los otros.
Juego solitario	El niño no se compromete con otros, juega sólo de una forma independiente; el jugar con juguetes es su primera finalidad.
Juego espectador	El niño observa a otros jugando y con frecuencia comenta y se ríe de lo que está viendo hay mayor compromiso activo que en el juego desocupado.
Juego paralelo	Los niños juegan próximos unos de otros, con los mismos juguetes u ocupándose en las mismas actividades. Aún así el juego es independiente y no compartido.
Juego asociativo	Los niños juegan cerca y utilizan una gran variedad de intercambios sociales para dar a entender que reconocen al compañero. Se comunican haciendo preguntas a los otros, mostrando sus éxitos y utilizando los juguetes de sus compañeros.
Juego cooperativo	Los niños están comprometidos en organizaciones sociales complejas con las que comparten metas o intereses comunes. Hay una adopción de roles recíproca como en el caso de obedecer turnos, y compartir un sentido de identificación con el grupo, los líderes y a menudo con las reglas formales que rigen varios juegos como el del escondite.

⁶ SEP. Bloque de juegos y actividades en el desarrollo de los proyectos en el jardín de Niños. México, 1993, p. 22-23.

Al carecer de conocimientos el personal docente del nivel preescolar no tiene la seguridad al realizar la sesión de Educación Física a pesar de que cuenta con el programa correspondiente, no logrando diferenciar cuáles son las actividades o dinámicas que sean adecuadas para el niño, al igual no sabe sacar provecho y no le da el uso adecuado al escaso o mucho material didáctico con el que se cuenta.

Las carencias de fundamento teórico-prácticas en el área de Educación Física conllevan a que no sepa propiciar el interés en el niño por la clase, no habiendo motivación suficiente, por parte del profesor existe repercusión y se refleja en los niños, en su insatisfacción puesto que lo demuestran no participando, aislándose de la clase o tomando una actitud de indisciplina.

Aún no se cuenta con espacios en el nivel preescolar donde se capacite al personal docente para tener un buen manejo de las actividades y por ello hay cada vez más apatía por parte del personal a realizar esta actividad.

Esto lleva a la reflexión de qué puedo hacer yo para capacitarme en el ámbito de la educación Física, vincularlo con los objetivos propuestos en el desarrollo motor determinados en el programa de educación preescolar y lograr despertar el interés de los educandos en esta situación para lograr el desarrollo integral del grupo de segundo único, del jardín de niños. "LUIS PASTEUR" clave 16DJNO859Z, ubicado en la Basilia Mpio. De Uruapan Mich con domicilio conocido Durante el ciclo escolar 1998-1999.

B. Justificación

*"Para que un pueblo progrese, es indudable que éste debe atender el ámbito educativo; como una necesidad prioritaria. La educación satisface los requerimientos de una acción perfeccionadora en la que el hombre desarrolla sus capacidades; sin dejar de considerar, desde luego, la profesionalización como un proceso cuyo objetivo es capacitar al sujeto para el desempeño de una tarea productiva para él y para su grupo social"*⁷

La elección del presente tema obedeció a que pude darme cuenta que el principal problema al que me enfrento, es la carencia de fundamentos teórico-prácticos en el área de

⁷ GRUPPE Ommo. Teoría Pedagógica de la Educación Física. México, ED. Uno, 1976, p. 13

la Educación Física que trae como consecuencia la insatisfacción de los alumnos al realizar esta actividad.

El jardín de niños en el sistema educativo forma parte de la educación básica y es el primer peldaño de la formación escolarizada del niño. El preescolar se concibe como una etapa en la cual se pretende desarrollar plenamente todas las facultades de la personalidad del niño.

Ello exige a la educadora un conocimiento cabal de las principales características evolutivas del niño en las diferentes esferas: social, cognoscitiva, de lenguaje y motora

- **La esfera social:** Se refiere a la integración total, en donde se descarte el egoísmo, la competencia y se tome en cuenta los valores, es de suma importancia mencionar las relaciones interpersonales que se inician desde la gestación del ser humano formando parte importante de la integración del mismo, si esto se traslada al trabajo obraremos en relación a la evolución de la esfera social iniciando el contacto social del educando estimulando la comunicación y la relación con la educadora, con sus compañeros, que el niño se relacione con los habitantes de su comunidad participando en todo lo que pueda, así su espíritu infantil abrirá horizontes de convivencia

Algunas de las características que se presentan en el niño en este aspecto son las siguientes.

- Es emocional mente dependiente de su núcleo familiar.
 - Las relaciones con los demás son todavía inestables
 - Es egocéntrico, demandando la atención de los demás hacia sus actos.
- **La esfera cognoscitiva:** "La actividad cognoscitiva está constituida por procesos activos, todos se manifiestan al pensar"⁸ El jardín de niños no introduce la enseñanza de letras y números pero esto no impide, sino hace más importante el desarrollo de aquellos momentos en que la educadora enriquezca

⁸ MATERIAL DE APOYO. Curso anual de superación profesional. Puerto Vallarta, 1997, p. 23

y aclare conceptos y sobre todo estimule al niño para describir, preguntar, responder, etc.

- **La esfera del lenguaje:** "El lenguaje en su acepción más amplia significa comunicación"⁹ Gesell considera el lenguaje no sólo como la palabra sino como toda aquella forma de expresión (gesto, grito, mirada, sonrisa, mímica etc.) llamados lenguajes preverbales que ciertamente no desaparecen nunca y los usamos con frecuencia. Con la aparición de las primeras palabras, el lenguaje evoluciona gracias a un esfuerzo personal y permanente del niño, selecciona, repite, toma los términos que le permiten decir, expresar sus emociones, sus necesidades, sus ideas.

El lenguaje del niño preescolar es todavía egocéntrico, este se encuentra en la etapa preoperacional ya que juega y habla para él mismo, inventa compañeros de juegos, en esta etapa le interesa saberlo todo, sus preguntas se refieren al ¿Porqué? ¿Para qué? sus frases son simples y cortas, así como la articulación de ciertos fonemas (r, rr, Id, st).

El propósito de la educación preescolar es proporcionar al niño la posibilidad de incrementar su lenguaje mediante una estimulación lingüística adecuada, las actividades planeadas permitirán al niño conversar y comentar para así manejar un lenguaje más estructurado.

- **La esfera motora:** "La habilidad motriz es la aptitud del individuo para controlar la fuerza, seguridad, ritmo y magnitud de sus movimientos"¹⁰

El comportamiento humano se edifica sobre una base motora, las primeras reacciones motrices son el comienzo de un largo proceso de aprendizaje

El movimiento a través de su ejercitación ofrece medios para un mejor desarrollo y maduración del ser humano, su práctica proporciona un verdadero placer. Los primeros actos motores tienen carácter exploratorio y por medio de ellos el niño adquiere información acerca de sí mismo y del mundo que le rodea.

La función de la educación motora en el jardín de niños, consiste en proporcionar los primeros contactos con otros niños, por medio de actividades y juegos que involucren el

⁹ Ibid.

¹⁰ Ibid.

movimiento La fase sensible del niño es un aspecto importante que se debe tomar en cuenta, el término se refiere a "los periodos donde el organismo es susceptible de responder a la estimulación motriz, capacidades físicas"¹¹, por lo tanto el educador deberá tomar en cuenta estos aspectos sin dejar a un lado la calidad de las influencias externas como lo son; la alimentación, medio ambiente, influyendo estos factores, en el tipo de crecimiento como; acelerado, normal o retardado, debido a que estos recursos económicos, con los que se cuenta en cada región van a determinar en gran parte en el tipo de crecimiento y así se presentará la aparición de los tiempos oportunos para estimular cada uno de las capacidades físicas, en su respectiva fase sensible.

El niño de cuatro años es capaz de.

- Saltar corriendo o parado
- Puede mantener el equilibrio en un solo pie de 4 a 8 seg.
- Sube y baja corriendo las escaleras.
- Maneja un triciclo a máxima velocidad
- Es muy activo puede caminar mayores extensiones.

Un niño de cinco años es capaz de:

- Conservar el equilibrio en un solo pie indefinidamente.
- Conserva el equilibrio con las puntas de los pies por algunos segundos.
- Puede saltar con ambos pies y caminar llevando el compás de la música
- Puede subir y bajar una escalera larga usando alternadamente ambos pies.
- Sabe lavarse la cara y los dientes.
- Corre hacia atrás.
- Mantiene el equilibrio con los ojos cerrados en diferentes posiciones.

Por lo tanto las actividades motrices en el jardín de niños se orientan hacia el interés

¹¹ SEP. Programa de educación física. Morelia, Mich., 1997, p. 10

y necesidad del educando pero basado en el cumplimiento de los contenidos, con una metodología adecuada, basada en la ciencia y con posibilidades de poderla aplicar en nuestro medio, con la adaptación de programas acordes a nuestra población escolar

C. Objetivos

- **Objetivo general:**

Desarrollar la capacidad de coordinación basada en las posibilidades de dominio y creatividad del niño preescolar.

- **Objetivos específicos:**

1. Documentarme sobre el desarrollo de las sesiones de Educación Física
2. Estimular, desarrollar y conservar habilidades motrices básicas a través de las actividades lúdicas
3. Propiciar en el niño el desarrollo y la manifestación de habilidades motrices que incrementen las relaciones sociales.

CAPÍTULO II

MI FORMACIÓN

Nací en Paracho Michoacán el día 20 de Mayo de 1971, me registraron bajo el nombre de Claudia Morales Ríos, mis Padres son Agustín Morales Pascual y Ma. Dolores Ríos Hernández.

Los recuerdos de mis primeros años de vida dentro del ámbito familiar, son los de una madre callada, un padre al que no le gustaba que nos portáramos mal, "uno de los resultados esenciales de las relaciones afectivas entre el niño y sus padres se convierte en fuente de deberes, de modelos restrictivos"¹² mi primer contacto social fue mi familia donde tuve que aprender a base de gritos, regaños o cariños. Todo lo que viví fue el cimientamiento para que desarrollara mi propia personalidad, los afectos, los regaños, las reglas de comportamiento que debí de aprender fueron determinantes para mi propio desarrollo, la familia es punto central para que un niño sea seguro de sí mismo, cada uno representa el modo de ser, de vivir de su familia, si oye gritos él gritará, si ve golpes él golpeará y aun así uno se pregunta ¿Porqué mi hijo es así? pero si nos detenemos y analizamos al niño, veremos lo que él está aprendiendo de su familia.

Para que un niño se sienta seguro, su familia le debe brindar amor, confianza, comprensión, así como mantener un comportamiento ejemplar delante de ellos, acompañarlos en los estudios establecer y exigir el cumplimiento de sus obligaciones, etc.

Al ingresar a los seis años a la escuela primaria "PROFRA. ESTHER VELÁSQUEZ CABALLERO" turno Matutino, se amplió mi entorno social y mi punto de vista de ver las cosas, no de una manera crítica ya que desgraciadamente yo recibí una educación tradicionalista, en la que el "maestro es visto como un experto transmitiendo conocimientos a los alumnos cuyo trabajo es absorber este conocimiento dado por el maestro y regresarlo en el examen"¹³

La educación tradicionalista propone integrar al individuo como un buen ciudadano,

¹² UPN. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. México, SEP, 1995. P 140

¹³ UPN. Curso propedéutico. México, SEP, 1997, p. 48

se le "educa" de acuerdo a sus intereses, inculcando el respeto incondicional a la ley y a la autoridad. El profesor y el alumno de la escuela tradicionalista temen a la libertad, se le prohíbe pensar, la relación entre estos es una relación de autoridad y dominio

a)"El educador es siempre quien educa; el educando el que es educado

b) El educador es quien sabe; los educandos los que no saben"¹⁴.

La estructura educativa tradicionalista tiene como fin moldear y formar consciente o inconscientemente al niño, preparándolo para que desempeñe el puesto de explotador o explotado, "cuanto más se imponga pasividad, tanto más ingenuamente tenderá a adaptarse al mundo en lugar de transformarlo"¹⁵.

Los días de escuela me recuerdo sentada, callada y tímida con miedo de hablar, a los Profesores los recuerdo fríos, discriminadores que pretendieron siempre que una buena educación se lograba a través de la memorización, pero sobre todo recuerdo a aquel Maestro de 5° grado que nos pegaba, si no hacíamos la tarea, si llegábamos tarde, si andábamos parados en fin.

Llegó un momento en que ni siquiera me gusto el recreo, porque los alumnos de 6° grado (los más grandes) nos correteaban y nos pegaban. Sin embargo a pesar de todos los contratiempos, terminé mi educación primaria con un promedio de 9.1.

La secundaria "GENERAL LAZARO CARDENAS" turno matutino, fue un poco diferente, aquí se nos pedía hablar un poco, trabajar en equipo, en grupo, la educación en esta época promovía "la participación a través de preguntas, respuestas y actividades generadoras, logrando la involucración de los niños"¹⁶ más sin embargo donde quiera que uno se encuentre los contenidos por analizar siempre serán impuestos y algunos fuera de la realidad, sinceramente no recuerdo ni como es que terminé, para seguir con mi educación, asistí al Colegio de Bachilleres de Cherán Michoacán a la edad de 16 años, la educación impartida fue enfocada hacia el modelo crítico pero sin dejar de ser tradicional, donde el

¹⁴ Ibidem.

¹⁵ Ibidem. p.49.

¹⁶ UPN. El campo de la social y la educación indígena I. México, SEP, 1997, P. 154.

maestro tenía conocimiento de los contenidos lo que permitía hacer que, al transmitirlos sólo comprendiéramos los conceptos, ahora reflexiono y entiendo qué pretendían incorporar algunos de los principios de la escuela nueva, pretendieron suprimir el autoritarismo, se nos dio tanta libertad que lo tomé por otro lado, no asistiendo a algunas clases, reprobó y pagó cada semestre, de 9.0 de calificación que llevaba de la secundaria al salir del Colegio de Bachilleres mi calificación final fue de 7.2.

A los 18 años ingresé al CREN (CENTRO REGIONAL DE EDUCACIÓN NORMAL) de Arteaga Michoacán, para cursar la carrera de Licenciada en Educación Preescolar, recuerdo que todas las clases me gustaban, eran interesantes, las maestras eran accesibles pero enérgicas, ahí estábamos las que realmente deseábamos ser educadoras recuerdo como pesadilla el camino largo y tedioso de Uruapan a Arteaga curvas y más curvas con un calor sofocante, además noches enteras de desvelos para poder entregar trabajos, ensayos. Al término del segundo año me casé, nuestros planes eran que yo me cambiara a la escuela para Educadoras de Morelia y ahí terminar, hice todo lo que pude, pero hubo alguien que me dijo "es más fácil que comiences a trabajar a que te cambien" y así fue.

El 1° de Febrero de 1994 ingresé al servicio, fui asignada a la zona escolar 007 de Tancítaro, Mich., con adscripción a un jardín de niños de Pareo Mpio. de Tancítaro Mich. Recuerdo con claridad que al llegar tenía un montón de dudas preguntándome y ¿ahora qué hago? ¿Qué les voy a decir? ¿qué les voy a enseñar? la mayoría de los padres de familia notaron mi titubeo, era unitaria donde la principal característica de ésta es que por funcionar en comunidades pequeñas, el número de alumnos es muy limitado por lo que se asigna a un solo profesor, para que atienda a los dos grados de educación preescolar y al mismo tiempo desempeñé funciones de directora con toda la carga administrativa que esto implica y yo sin conocer nada, las clases se me hacían eternas, planeaba algo y terminaba antes de lo previsto así pasaron cuatro meses. En septiembre del mismo año me cambie a la zona escolar 005 de Uruapan Mich. donde trabajé en un jardín de niños de Nuevo Zirosto, ahí tenía dos compañeras más a las que les estoy agradecida ya que de mi labor raquílica se fue nutriendo con sus experiencias, ese año se me asignó el grupo de segundo único y pensé que con el grupo de tercero no me quedaría tanto tiempo, las clases las convertía en monólogos y sólo transmitía lo que leía en el programa, sin tomar en cuenta el interés del

niño es por esto que se dice "se continua dando clases en la que se pretende transmitir la información en forma verbal y abstracta" ¹⁷ al realizar alguna actividad no tomaba en cuenta la que el niño quería y como quería realizarlo, hacía todo tal como lo expreso, Paulo Freire el cual describía al profesor como un "agente indiscutible cuya tarea indeclinable es llenar a los educandos con los contenidos de su narración, contenidos que solo son retazos de la realidad"¹⁸.

En cuanto a la clase de Educación Física no la realizaba las pocas veces que lo hacía no podía controlar a los niños, no sabía qué realizar por lo que opté por no seguir con estas sesiones, consecuentemente estaba perjudicando el desarrollo motriz pretendido a nivel preescolar.

Actualmente laboro en el jardín de niños "LUIS PASTEUR" clave; 16DJNO859Z, perteneciente a la zona 005, del sector 008, está ubicado en la Basilia Mpio. de Uruapan Mich. Se localiza a 6 Km. de Uruapan por la carretera Uruapan-Carapan en el Km. 28.5 con brecha de 1 Km. hacia adentro.

La Basilia está rodeada por colinas de pequeña altura, compuestas éstas en su mayoría, de huertas de aguacate, pino y encino, la fauna la compone animales domésticos como: borregos, gallinas, perros, gatos, palomas, puercos, caballos, becerros y vacas, beneficiándose la comunidad económicamente porque la leche en su totalidad es vendida en los pueblos vecinos, el agua potable llega de Timaba, Mpio. de Uruapan, abasteciendo a la comunidad llegando cada tercer día a las casas, suficiente para que exista un buen funcionamiento en este caso del jardín de niños.

El clima es templado con lluvias de julio a noviembre aproximadamente, no nos afecta como en otras poblaciones donde se cambia el horario por el frío en época de invierno.

En esta comunidad no existe mucha iniciativa por parte de los habitantes por mejorar su manera de vivir y esto se debe en parte a que como están tan cerca de Uruapan, todo lo que necesitan y desean lo traen de esta ciudad.

¹⁷ UPN. El campo de lo social y la educación indígena I. México, SEP, 1997, p. 39.

¹⁸ UPN. Curso propedéutico. México, SEP, 1997, p. 48

Los centros educativos que laboran en esta población son: una Telesecundaria "ADOLFO LÓPEZ" con turno Matutino, una primaria "LEONA VICARIO" con turno matutino, y el jardín de niños, el cual fue fundado el 21 de septiembre de 1983 por la educadora Rosa Alicia Hernández M. Dos años después se integró otra educadora, al mismo tiempo que se obtuvo un lote por donación a un costado de la escuela primaria terminando la construcción C. A. P. F. C. E.

En enero de 1996 llegó al plantel un personal de apoyo y servicio a la educación, por lo que ahora el personal los constituyen dos educadoras y un intendente.

Nombre completo	Función	Número de alumnos
Yolanda Alonso Gutiérrez	Educadora encargada con grupo	17
Claudia Morales Ríos	Educadora auxiliar	20
Patricia Medina Zepeda	Personal de apoyo y servicio a la educación.	

La institución está edificada con tres aulas en buenas condiciones, una es para tercero, otra para segundo y la tercera es para usos múltiples, hay una plaza cívica, áreas verdes y sanitarios.

El número de niños que asiste a esta institución asciende a un total de 37 alumnos, el horario es de 8:30 a 12:30 para el personal docente, para los niños es de 9:00 a 12:00 hrs.

El mobiliario es el suficiente y el adecuado, lo constituyen mesitas y sillitas para jardines de niños, se cuenta con energía eléctrica, pavimentación. La mesa directiva está organizada de la siguiente forma: presidenta, vicepresidenta, tesorera, secretaria y dos vocales, este organismo apoya las diversas acciones del jardín pero no tiene intervención alguna en la dirección, administración, ni en las labores docentes del plantel.

El grupo de segundo único el cual atiende está integrado por 20 niños de los cuales son 9 niños y 11 niñas sus edades son de 4 a 5 años, sus estaturas varían entre 103 a 114 cms. con un peso de 17 a 22 Kg. cuyas características son variadas ya que dentro del

ambiente en el cual se desenvuelven tienden a desarrollar actitudes las cuales los hacen distintos de los demás y dentro de éstas se encuentran niños callados, tímidos, inquietos, traviosos, agresivos y antisociales. Por lo anterior muchos tienen que ver con el ambiente de libertad que viven diariamente ya que esta comunidad no representan peligro alguno lo que conlleva a que actúen de forma espontánea, e ir experimentando acciones en las cuales el niño toma la iniciativa y decide lo que quiere hacer.

espontaneidad y libertad, en el patio escolar es todo lo contrario, esto me dificulta la organización de las actividades que yo llevo planeadas, ya que el despertar el interés del niño en la clase de Educación Física me es muy difícil, por lo tanto busco alternativas que me ayuden y me faciliten el desarrollo de la clase, es el inicio para poder descubrir que existen formas pedagógicas y didácticas que me encaminen a tener una comunicación ya que es la base de todo entendimiento y ésta en el aula es amena.

La organización para el trabajo es por afinidad y el acomodo actual es de diez mesas en el centro juntas, sentándose alrededor, con quien ellos quieran, el material está al alcance de todo niño, dándose libertad para que lo tomen, sabiendo de antemano que el término de la actividad se debe regresar a su lugar.

Mi desempeño laboral a partir de que ingresé a la Universidad Pedagógica Nacional ha mejorado poco a poco en muchos aspectos no sé cuando pero ahora sé, que lo que hago es mejor.

"El jardín de niños, primer nivel del sistema educativo nacional, se da inicio escolar de una vida social inspirada en los valores de identidad nacional"¹⁹

El programa de educación preescolar está elaborado para que el docente pueda llevarlo a la práctica de manera eficiente.

En el nivel preescolar del medio indígena existe un programa que atiende a niños de 4 a 6 años de edad, estos jardines de niños funcionan en comunidades bilingües, con un horario de 9:00 a 1:00 hrs. los maestros que atienden estos centros deben dominar la lengua indígena de la comunidad "el centro de educación preescolar indígena debe responder a los intereses y necesidades de los niños y de la comunidad"²⁰ desarrollando acciones

¹⁹ SEP, Programa de Educación Preescolar. México, 1992, p. 7

²⁰ UPN. El campo de lo social y la educación indígena I. México, SEP, 1997, P. 216

educativas en base a los problemas y acontecimientos del lugar.

Los apoyos técnico-pedagógicos con los que se cuenta son:

- Plan de estudios y programa de educación indígena.
- Manual para el maestro.
- Registros de acontecimientos de la comunidad.
- Proyecto anual de trabajo.

También existe el programa que yo utilizo el P.E.P. (Programa de Educación Preescolar) este es un documento normativo que tiene como finalidad orientar la práctica educativa de los jardines de niños, se fundamenta en el artículo 3° que señala "la educación que se imparta tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano"²¹.

El programa tiene como principio el respeto al que el niño necesita, en base a él se pretende desarrollar todas las actividades.

"Se ha elegido el método de proyectos como estructura operativa del programa con el fin de responder al principio de globalización"²² siendo esta la base de la práctica docente ya que se considera que el niño percibe su medio natural y social de una forma total, por lo que la metodología por proyectos responde a este principio.

El proyecto: "es una organización de juegos y actividades propios de esta edad, que se desarrollan en torno a una pregunta, un problema o a la realización de una actividad concreta"²³ en base al interés del niño, los proyectos se organizan y se prevé qué actividad realizar y cuáles materiales se van a emplear, se pueden desarrollar las actividades en forma grupal, por equipos o individual, en el desarrollo del proyecto existen diferentes etapas: elección, planeación, realización y evaluación.

Los objetivos del programa son:

Que el niño desarrolle:

²¹ SEP. Programa de Educación Preescolar. México, 1992, p. 6

²² Ibidem. p.13

²³ Ibidem. p.13

- su autonomía
- se prepare para el cuidado de la naturaleza
- su socialización
- formas de expresión de pensamiento, de su cuerpo a través del lenguaje

La evaluación que se realiza dentro del jardín de niños es cualitativa "la evaluación es un proceso permanente y continuo, la cual nos permite obtener información del proceso"²⁴ con el propósito de conocer cuáles fueron los logros y dificultades, esto se hace mediante la observación, existen tres momentos en los cuales se evalúa: la inicial que se realiza en septiembre, la media en febrero y la final que se realiza en junio, ésta se basa en los registros de la libreta de observación permanente y en las evaluaciones de los proyectos.

Existen también otras actividades que se desarrollan en el jardín de niños, como lo son las actividades cotidianas, éstas se deben dar como algo establecido, con un orden natural para que funcionen bien, como lo es, la rutina de activación que son 5 minutos de ejercicios diariamente al inicio de la clase, con el propósito de que el niño se motive, así como el pase de lista, poner la fecha en el pizarrón, que no por realizarse día a día no pueda variar, ya que existen muchas maneras de hacerlo.

Anteriormente yo tipificaba a los alumnos, los que faltaban, los que llegaban limpios, los sucios, los que sabían y los que no, ahora lo hago pero para que mejore la situación por ejemplo: el que faltaba mucho, lo que solía hacer era decir "es que fulanito falta mucho" pero en realidad ¿qué hacía por mejorarlo? Ahora cuando alguien está faltando con frecuencia voy y lo visito para saber qué le está pasando.

La disciplina era algo que no podía mantener, la concebía tal como lo dice el siguiente párrafo; "la disciplina somete al niño a un continuo ejercicio de obediencia pasiva, en donde se crea el hábito de la sumisión"²⁵.

Erróneamente creía que los niños se debían mantener atentos, sentados y concentrados, ahora sé que no importa si andan parados, tal vez tengan que desplazarse por

²⁴ Ibidem. P. 43

²⁵ UPN. Análisis de la práctica docente. México, SEP, 1995, p. 35

algún material, ellos saben que tienen libertad de moverse, siempre y cuando realicen las actividades, ahora trabajamos mejor, ellos no se sienten presionados de que yo los esté sentado y callando, a la vez yo entiendo que "la disciplina es un principio de orden en la acción que presupone la libertad de iniciativa y movimiento con normas que se aceptan como indispensables para la existencia de una vida regular o reglada"²⁶.

El arreglo físico del salón de clases, lo quería mantener con las mesitas alineadas y que los niños se sentaran en un solo lugar, según yo, para que no se distrajeran, ahora se que la flexibilidad juega un papel clave, donde el arreglo físico permita el movimiento no caótico, dando como resultado que los niños trabajen mejor, sentándose con quien ellos quieren, donde quieren, continuamente se está cambiando el arreglo del salón de clases.

Recuerdo perfectamente a un niño que lloraba mucho al llegar al jardín cuando veía que su Papá se iba me golpeaba, en una ocasión me golpeó tan fuerte que lo aventé, por esos días analizamos unas lecturas que decían; dentro del salón de clases alguien debe de tener respeto, si los niños por pequeños no lo entienden, yo como profesora debía empezar, esto fue algo determinante para mi proceder, me autocrítiqué, qué estaba haciendo al respecto y me di cuenta de que no representaba, si alguien tiraba el material no lo regañaba pero lo ponía en vergüenza diciéndole "mira, ya tiraste esto o aquello" a partir de aquí estoy cambiando y cada vez que sucede algo trato de actuar de la mejor manera para no lastimar al niño.

En base a las lecturas analizadas poco a poco he verificado y comprobado la etapa por la que atraviesa el niño preescolar, "desde el nacimiento hasta los seis años de edad, los niños pasan por un periodo muy importante de su vida, es el momento del aprendizaje más rápido, cuando se desarrollan las actitudes y se forman los modelos"²⁷.

Según la teoría Freudiana del Desarrollo Psicosexual, el niño en edad preescolar se encuentra en la etapa Fálica (de los 3 a los 7 años) el niño está centrado en los temas sexuales donde la región genital es su fuente de placer. En esta etapa el niño puede

²⁶ Ibidem.

²⁷ TATZCH Sandra Zeitlin y Lyn Taech. Juegos y actividades preescolares. Ed Cero, 8ª ed., México, 1992, p. 12

presentar celos extremos, lo ideal será que la familia y la educadora traten de darle seguridad al niño, para que pase satisfactoriamente estos momentos.

En cuanto a la etapa Psicosocial de Erickson es considerada así ya que se desarrolla en un contexto social, el niño preescolar se ubica en la tercera etapa (de 3 a 6 años) iniciativa versus culpa, "en este período los niños toman una iniciativa para comenzar muchas cosas"²⁸ se interesan por descubrir, inventar muchos juegos y constantemente van mejorando sus capacidades de movimiento, que de no ser así es cuando les produce culpa, la resolución acertada puede sacar al niño de este sentimiento de culpa.

En los estadios de desarrollo de Jean Piaget el preoperacional (de 2 a 7 años) algunas características de esta etapa son el egocentrismo, donde Piaget lo define como "incapacidad para comprender las cosas desde otro punto de vista diferente al propio de cada niño"²⁹ esto puede limitar las oportunidades para que el niño aprenda cosas de otras personas, otra característica es el juego simbólico que es una forma de que el niño exprese lo que está viviendo en su medio ambiente, gracias a su imaginación puede ir más allá de lo que le es permitido por los adultos o por sus miedos, otra característica es el lenguaje, Piaget describe tres tipos de lenguaje:

- El de repetición; es cuando el niño siente placer de estar repitiendo una palabra o una frase.
- Monólogo: es cuando el niño se habla para él mismo.
- Monólogo colectivo; aquí los niños hablan por turnos pero hablan para ellos mismos.³⁰

²⁸ UPN. Desarrollo del niño y el aprendizaje escolar. SEP, México, 1995, p.49

²⁹ Ibidem. p. 74

³⁰ Ibidem. p. 56, 94

CAPÍTULO III

PROPUESTA BAJO EL NUEVO ENFOQUE

“La educación física representa una disciplina pedagógica que contribuye al desarrollo armónico del individuo, mediante la práctica sistemática de la actividad física, está orientada a proporcionar al niño el interés y la necesidad de movimiento con la intención de lograr el desarrollo de habilidades motrices”³¹.

La educación física es un área fundamental en el nivel preescolar, ya que el comportamiento humano se edifica en parte sobre una base motora, las primeras reacciones son el comienzo de un largo proceso de aprendizaje, los primeros actos motores tienen carácter exploratorio y por medio de ellos el niño adquiere información acerca de sí mismo y del mundo que le rodea, la función de la educación motora en el nivel preescolar consiste en proporcionar los primeros contactos con otros niños, por medio de actividades y juegos que incorporen el movimiento, la habilidad motriz del niño se manifiesta en el control muscular adquirido, presentándose un mayor dominio de la actividad corporal.

El actual enfoque de la educación física denominado *"motriz de integración dinámica"* es motriz porque toma como base el movimiento para propiciar aprendizajes y es de integración dinámica por la constante interrelación de sus componentes.

Las actividades que marca el programa contiene 5 ejes temáticos que se desarrollarán durante la educación básica, los cuales son: estimulación perceptivo motriz, capacidades físicas condicionales, formación deportiva básica, la actividad física para la salud y la interacción social.

A. Estimulación perceptivo-motriz:

"El ser humano como parte de su herencia genética, tiene la posibilidad de interpretar

³¹ SEP. Programa de Educación Física. Morelia Mich., 1994, p. 5

los estímulos provenientes del exterior, que capta a través de los órganos de los sentidos y hacerla evidente mediante la manifestación motriz coordinada"³². El niño interpreta estímulos provenientes del exterior, los cuales los captan a través de los sentidos, para que así desarrolle la capacidad física coordinativa, proporcionándole confianza y seguridad en lo que piensa, hace y siente.

Todas las experiencias sentidas y vividas por el niño, las capta como imágenes y se van integrando a lo que ya conoce, esta memoria motriz es progresiva, se va enriqueciendo a partir de las experiencias anteriores, que da como resultado la realización de acciones motoras nuevas o más precisas, ampliándose así su repertorio de movimientos. El beneficio de este eje es el desarrollo de capacidades físicas que le permita un control corporal cada vez más preciso.

El desarrollo perceptivo motriz representa durante los primeros años de vida del niño el medio a través del cual descubre explora, experimenta y se relaciona con el medio que lo rodea.

C. Capacidades Físicas Condicionales.

"Las capacidades físicas condicionales están genéticamente determinadas y son susceptibles de ser desarrolladas mediante la ejercitación física"³³ estas son:

- **Flexibilidad:** es la movilidad que tiene el niño de sus articulaciones para poder ejecutar movimientos.
- **Fuerza:** es la capacidad para levantar, soportar o vencer un peso
- **Velocidad:** son desplazamientos en el menor tiempo posible.
- **Resistencia:** es la capacidad para oponerse al cansancio el mayor tiempo posible.

C. Formación Deportiva Básica:

La formación deportiva básica es la que da las bases para la práctica del deporte escolar, que es él que le interesa al niño, de principio el niño juega en juegos organizados a

³² SEP. Programa de Educación Física. México, 1995, p. 7

³³ Ibidem.

los que progresivamente se deben ir incorporando el deporte escolar cumpliendo con reglamentos.

D. Actividad Física para la Salud.

Es la práctica de la actividad física bajo una buena alimentación, higiene. etc. Es muy importante que al niño se le de información adecuada al nivel de comprensión a través de textos, revistas, relatos donde se destaque los beneficios.

E. Interacción Social.

Esta es la comunicación verbal y no verbal que se establece entre los niños.

Los contenidos ideales para el jardín de niños son aquellos que le son interesantes. En la planeación de las actividades se requiere de que los niños participen preguntándoles qué juegos y qué actividades quieren realizar, previendo los materiales y propósitos de la clase.

Es muy importante escuchar las ideas de los niños dando el mismo valor a cada uno, fomentando el respeto ante las diferencias de opinión, utilizando una metodología que se define como "conjunto de procedimientos ordenados para lograr un fin determinado, en ella se establecen estrategias para la aplicación"³⁴ esto quiere decir que se detalla paso a paso cómo se va a realizar, para lograr el objetivo.

Las actividades que se desarrollan en la Educación Física dan oportunidad para determinar qué métodos se utilizarán para lograr los fines, lo fundamental de la metodología más que exponer un método en particular, se proporcionan criterios y procedimientos metodológicos que pueden ser adecuados para el profesor, para la selección de actividades de un fin, tomando en cuenta el contexto económico y social en que se desenvuelve el niño.

Para el buen desarrollo de las sesiones se toman en cuenta tres momentos: planeación, aplicación y evaluación.

Las técnicas de enseñanza son parte importante en el proceso enseñanza-aprendizaje, tienen el propósito de que el profesor haga de ellas para que se realice la clase de una forma más atractiva y variada.

³⁴ SEE. Programa de Educación Física. México, 1995, p. 76

Algunas de las técnicas son:

- **Resolución de problemas:** Es la participación libre del alumno donde de forma espontánea y creativa desarrolla la actividad física.
- **Descubrimiento guiado:** Aquí se le da un poco de libertad al alumno de realizar lo que el quiere, el maestro debe de saber hasta donde le debe dar libertad al preescolar.
- **Argumentación y diálogo:** Aquí se promueve el intercambio de experiencias entre el profesor y alumnos sobre las actividades, así como las experiencias vividas durante la sesión.

La importancia de los recursos didácticos utilizados en el nivel preescolar es imprescindible ya que hacen posible la realización de las actividades que apoyan el desarrollo del niño.

Algunos de los materiales utilizados son:

- **Bastones:** El bastón es un palo de escoba, de unos 80 cms. de largo, no debe usarse palos que estén astillados, se le debe explicar al niño que no se usa como espada, este material puede causar accidentes por lo que se recomienda tener mucha precaución.
- **Listones de colores:** Son listones de diferentes colores tienen de ancho 5 cms. y de largo 40 cms.
- **Aros:** Se puede construir los aros con poliducto de $\frac{3}{4}$ o $\frac{1}{2}$ pulgada, un trozo de 2 mts. de largo, permite hacer un aro de 80 cms. de diámetro, cuidando de que los extremos queden fijos.
- **Figuras geométricas:** Éstas estarán pintadas en el piso y serán de diferentes colores como: círculos, triángulos, cuadrados y rombo.
- **Discos de cartón:** Las características de este elemento, lo hacen interesante, porque puede ser punto de referencia y al mismo tiempo lanzarse o hacerlo rodar. Este material didáctico no resulta peligroso si está hecho de cartón, pintado o con papel lustre por fuera.
- **Pelotas pequeñas:** Es recomendable usar pelotas pequeñas de hule, su costo es mínimo, su mayor aprovechamiento es para la coordinación ojo-mano.
- **Bolsitas:** Son pequeños costalito rectangulares de aproximadamente 10x

15cms.de cualquier tela, rellenándolas con arroz, frijoles, algodón, etc.

A partir de lo investigado presento los planes de clase fundamentado en lo anterior expuesto. Consciente ya de haber adquirido los conocimientos básicos sobre lo que es la Educación Física, el papel que desempeña en el desarrollo integral del preescolar y la forma de cómo llevar a cabo los ejercicios que se proponen en el programa para lograr los objetivos, mediados éstos con los contenidos, la actividad del docente y la del alumno.

Se utiliza el aprendizaje observacional, donde el niño aprende al observar las actividades de su compañero o de la educadora que sirve como modelo y es por lo tanto un modo de imitación simbólica.

En la interacción que el niño tiene con las personas se producen aprendizajes, que se obtienen por medio de la convivencia, al observar el comportamiento ajeno, cuando se participa y cuando se interactúa en los diversos encuentros sociales.

Lo óptimo será que sean promovidas en un ambiente espontáneo y de confianza donde se permita la expresión de dudas y de sentimientos por parte de los niños, cabe destacar que el conocimiento que el niño adquiere parte siempre de aprendizajes anteriores, de la experiencia previa que ha tenido, ya que se ha comprobado que cuando una persona intenta comprender algo necesita una idea o un conocimiento previo que le sirva para entender esa situación y darle sentido.

Evidentemente la motivación desempeña un papel fundamental en el aprendizaje, los niños que son motivados realizan sus ejercicios con energía y entusiasmo en pocas ocasiones se distraen de lo que están realizando.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Jardín de niños: “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
fecha	Grado: 2º único	Elemento principal: Reacción
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - propiciar el descubrimiento de diferentes formas de caminar al imitar animales. - Galopar elevando una y otra pierna alternadamente. - Correr y dar un salto de rana cada que escuche el silbato. - Rodar una pelota libre. <p><u>Juegos organizados.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar con sus compañeros a la roña. <p><u>Respiración.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - probar si puede empujar su pelota en el piso soplándole. 	<p><u>Reacción</u></p> <p>“Hago lo que no digo” dar indicaciones y ejecuta lo contrario de lo que se dice, si digo correr hacer alto, si digo sentados se paran, si digo parados se sientan.</p> <ul style="list-style-type: none"> - correr en diferentes direcciones cuando el Profr. Grite triángulo, círculo o cuadrado detenerse y formar con su cuerpo la figura que se indica. - Desplazarse libremente y a una indicación, sentarse, acostarse, pararse, hincarse. - Jugar a los “carritos” si el Profr. Dice rojo, hacen alto, si dice verde caminan eludir a los compañeros. - Jugar a “robar la prenda” en dos equipos colocarlos frente a frente en los extremos del patio se coloca la prenda, el Profr. Menciona el nombre del alumno de cada equipo y dice ¿listos? ¡fuera! Los alumnos nombrados salen corriendo hacia el centro del patio para tratar de alcanzar la prenda, anotar un punto al ganador. <p><u>Respiración.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Probar si puede empujar su pelota en el piso soplándole. 	<p><u>Bailes regionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Imitar con pasos sencillos algún baile regional que se le muestre. <p><u>Descanso</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Acostarse durante 1 o 2 minutos, comentar la diferencia en relación a algún momento muy activo de la clase.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Los niños muestran un poco de desinterés en las actividades. - Hay tres niños que no se integran, sólo están de observadores. - Así como hay dos niños que son agresivos, creo que no se logró, los objetivos, tal vez fue a que como fue una de las primeras clases y constantemente veían mis anotaciones.
Organización	Metodología	Material
Individual y por equipos.	Aprendizaje a través de la experiencia: Plantear las actividades con varias alternativas de realización que surgirán del mismo grupo.	Pelotas, grabadora y música regional.

ATENTAMENTE
EDUCADORA DEL GRUPO
PFR OFRA: CLAUDIA MORALES R.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños: “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2° Único	Elemento principal: Orientación
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices Básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - caminar en diferentes direcciones entonando la canción “busco un lugarcito chiquito para mí, sin molestar a nadie voy a quedarme aquí. - Trotar en diferentes direcciones a la indicación. - Levantar las piernas alternadas. - Saltar con un pié - Saltar con los dos pies. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - caminar, soplar una pluma y tratar de que permanezca en el aire. <p><u>Flexibilidad</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentados con la pelota en las manos, flexionar el tronco tratando de tocar con la pelota sus pies. 	<p><u>Orientación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - correr por el patio, manipulando libremente una pelota, a una señal colocar su pelota. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Frente a él. ▪ Atrás de él. ▪ A un lado y otro de él. - Manejar la misma dinámica en relación a: <ul style="list-style-type: none"> * Un compañero * Un objeto de uso frecuente * Al maestro - Jugar a tocar con su pelota partes del cuerpo de sus compañeros: pecho, rodillas, piernas. - Patear o batear su pelota tratando de que lo más cerca o lejos de un objeto determinado. - Colocar la pelota al frente y tomar la que quede atrás. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar tiro al blanco - tratar de meter su pelota en cajas de cartón colocadas a cierta distancia en el piso, jugar por equipos, el que meta más pelotas gana. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - caminar, soplar una pluma de ave y tratar de que ésta permanezca en el aire. 	<p><u>Alimentación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Explicar que se requiere de energías (alimentos) para hacer ejercicio, con láminas. <p><u>Actitudes sociales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Diga con sus compañeros una porra que inventen.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Antes de comenzar la sesión de Educación Física se platican los niños sobre la importancia de que lleváramos reglas durante la clase para no lastimarnos. - Durante cada sesión algunos niños no lograban realizar otras actividades sugeridas por ellos mismos. - Algunos comenzaron a lanzar la pelota por todo el jardín por lo que se acordó que sólo en el patio sería el lugar de acción. - Poco a poco se van integrando.
Organización	Metodología	Material
Individual y por Equipos.	Aprendizaje a través de la Experiencia: Plantear las actividades con varias alternativas de realización Que surgirán del mismo grupo.	Plumas, pelotas y cajas de cartón.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños:” LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento Principal: Ritmo
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices Básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar por el patio libremente, al silbatazo escoger un lugar y hacer alto ahí, realizar una actividad cada vez que se haga alto: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Levantar los brazos. ▪ Tocar el piso ▪ Gritar fuerte ▪ Sentarse ▪ Acostarse ▪ Gatear ▪ Reptar ▪ Saltar - correr por el patio llevando una hoja de papel en la mano, agitándola lo más posible. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - sentado soplar una hoja de papel higiénico hacia arriba. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Quitar la cola al burro: cada niño leva una tira de papel colgara en la parte de atrás de su short, quitar la cola de su compañero sin que le quiten la suya. 	<p><u>Ritmo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Colocar un costalito en el piso y trotar alrededor de él, al ritmo que se marquen con unas claves. - Con los costalitos en el piso dispersos por el patio, trotar al ritmo que marque la educadora, cuando se suspenda el ritmo pararse en el costalito más cercano. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Soplar una hoja de papel higiénico. <p><u>Sincronización</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar al ritmo de las claves cuando se escuche el sonido mas fuerte (acento) pisar más fuerte señalando en acento. - Trotar al ritmo de las claves en el acento lanzar el costalito hacia arriba. - Lanzar el costalito hacia arriba a poca altura con una mano y ccharlo con la otra. <p><u>Fuerza general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentados, con las manos apoyadas en el piso subir y bajar el costalito sujetándolo entre los tobillos. - Otros que se sugieran. 	<p><u>Bailes regionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Practicar pasos sencillos del jarabe tapatío. <p><u>Conservación del medio</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hacer limpieza en las áreas verdes.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Los niños se manifiestan interesados por las actividades, se usa en vez de claves el silbato. - En las actividades de sincronización se les dificulta un poco. - Los tres niños aún no se integran. - Los dos niños que son agresivos se mostraron interesados y entusiasmados. - Al igual yo, me siento con más confianza.
Organización	Metodología	Material

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2° Único	Elemento principal: Equilibrio
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Experiencias motrices</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar sobre líneas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ De puntas ▪ Talones ▪ Parte interna de los pies ▪ Parte externa de los pies ▪ A diferentes ritmos marcados por la educadora. - Por parejas o tercias correr por el patio, los niños tratan de atrapar parejas o tercias. <p><u>Sincronización</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Con un bastón en posición vertical apoyado en el piso, soltarlo y atraparlo antes de que caiga. <p><u>Fuerza general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar barquitos, por parejas, frente a frente las plantas de los pies apoyados contra las del compañero, tomar un bastón en forma horizontal y jalar alternadamente. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Soplar el cabello de diferentes compañeros. 	<p><u>Equilibrio</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Correr y a una señal pararse en un solo pié, ejercitar ambos pies. - Caminar de diferentes maneras sobre el bastón. - Transportar un bastón sobre la palma de la mano, propiciar variadas formas de llevar el bastón con diferentes partes del cuerpo en forma vertical con la palma de la: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mano ▪ Cabeza ▪ Vientre, etc. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar golfito con un bastón y una pelota integrar equipos de 4 a 6 alumnos (golpear la pelota y meterla a un hoyo determinado) <p><u>Juegos tradicionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar al “acitrón” (marcar el ritmo con palitos) <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - soplar el cabello de diferentes compañeros. 	<p><u>Relajación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sentados o acostados escuchar música tranquila. <p><u>Higiene</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lavarse las manos y la cara al terminar la clase.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Al pararse sobre un solo pié lo hicieron mejor con el pié derecho y duraron más tiempo con él. - Al transportar el bastón se notó que lo detenían más tiempo con la parte del cuerpo más grande como vientre y espalda.
Organización	Metodología	Material
Individual y por equipos	Solución de problemas: Incentivar a los niños hacia las actividades en función de preguntas como: ¿quién puede?, ¿quién sabe?, ¿cómo podemos?	Bastones, palitos.

ATENTAMENTE
EDUCADORA DEL GRUPO

PROFRA. CLAUDIA MORALES R.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento principal: Reacción
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<u>Esp. Motrices básicas</u> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar a “El circo”. Todos los animales van a pasar: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Las jirafas: caminar con puntas, brazos extendidos arriba. ▪ Los elefantes: caminar sobre manos y pies. ▪ Como osos: lentos y pesados ▪ Como el animal del circo más les guste. - Por parejas, jugar a los espejos imitando los movimientos del compañero. - Acostados, rodar como troncos. - Reptar como gusanitos <u>Frecuencia de movimiento</u> <ul style="list-style-type: none"> - Acostados hacer bicicleta en el aire <u>Fuerza general</u> <ul style="list-style-type: none"> - en cuatro puntos de apoyo lanzar paradas al aire. <u>Respiración</u> <ul style="list-style-type: none"> - Imitar, morder una rebanada de sandía y emitir el sonido cronch, cronch, y tirar las semillas turu, ru. 	<u>Reacción</u> <ul style="list-style-type: none"> - Correr por el patio, a una señal realizar galope lateral hacia un lado, trote al frente, galope lateral al lado contrario y trote hacia atrás (tratar de establecer la cadena completa, intentarlo). - Realizar en juego de días y noches: a una señal de las noches persiguen a los días, cambiar en la siguiente señal. - Jugar a “llevar la noticia”, integrar círculos de 10 alumnos, sentados viendo hacia el centro, en cada círculo habrá una revista la cual será pasada de mano en mano (simula leerla) cuando el Profr. Grite llevar la noticia, quien tenga en ese momento la revista se levantará y correrá alrededor de su equipo, hasta llegar nuevamente a su lugar. - Lanzar una pelota hacia arriba, girar en su lugar y tratar de atraparla <u>Juegos organizados</u> <ul style="list-style-type: none"> - jugar a patear la pelota a una seña, detener inmediatamente la pelota. <u>Respiración</u> <ul style="list-style-type: none"> - imitar, morder una rebanada de sandía y emitir el sonido cronch, cronch, y tirar las semillas turu, ru 	<u>Juegos tradicionales</u> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar a “as estatuas de marfil”. <u>Descanso</u> <ul style="list-style-type: none"> - Comentar que el sábado y el domingo descansamos del trabajo escolar y que se hace en esos días.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Al realizar el galopeo no coordinaron los movimientos laterales al rotar al frente lo hicieron muy bien. - El trote hacia atrás lo hicieron pero casi caminando.
Organización	Metodología	Material
Individual y por equipos Libre.	Aprendizaje a través de la experiencia: Plantear las actividades con varias alternativas de realización que surgirán del mismo grupo.	Pelotas

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DNJ0859Z
Fecha	Grado: 2° Único	Elemento principal: Ritmo
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar sobre líneas <ul style="list-style-type: none"> ▪ Con puntas ▪ Con talones ▪ Parte interna de los pies ▪ Parte externa de los pies ▪ Y otras que sugiera al alumno - caminar en diferentes direcciones <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacia delante ▪ Atrás ▪ Un lado ▪ El lado contrario ▪ En diagonal <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Por equipos con una pelota cada equipo, formarse en fila y pasarse la pelota alternadamente uno entre las piernas y el que sigue por arriba de la cabeza, gana el equipo que termine primero. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gritar varias veces cada niño lo más fuerte que pueda su nombre y otros que ellos sugieran. 	<p><u>Ritmo</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Por equipo sentados formar un círculo pasar de mano en mano una pelota siguiendo el ritmo que se marque. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacia un lado ▪ Hacia el otro - Hincados tomar la pelota con las dos manos y seguir, los esquemas rítmicos que señale golpeando el piso con su pelota, pueden ser palmadas o algún instrumento - Lanzar una pelota hacia arriba, dejar que caiga y bote, tratar de seguir el bote de la pelota con pequeños saltos, cuando la pelota deja de botar el niño se acuesta. - Tratar de brincar su pelota, y cuando la pelota deje de botar el niño se sienta en ella. - Seguir el bote de la pelota con las palmadas - Seguir el bote de la pelota con gritos. - Seguir el bote de la pelota con silbidos. <p><u>Sincronización</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lanzar una pelota hacia arriba - lanzar una pelota hacia una caja de cartón tratando de meterla. <p><u>Fuerza general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuatro puntos de apoyo, por equipos, formar un túnel agrupándose, pasar la pelota rodando por debajo del puente. 	<p><u>Bailes regionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bailar libremente la melodía de los huaraches. <p><u>Descanso</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - cantar y ejecutar los movimientos “yo tengo una casita que es así, así cuando sale el humo sale así, cuando quiero entrar yo golpeo así, así me lustro los zapatos, así, así.
		Observación y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - En la actividad de equipos en círculo, tardaron un poco al coordinar los movimientos de mano porque se distraían. - Se les dificultó seguir el bote de la pelota con las palmadas, pero si lo pudieron seguir con los gritos.
Organización	Metodología	Material
Libre por equipos e individual	Solución de problemas: incentivar a los niños hacia las actividades en función de preguntas como: ¿quién puede?, ¿quién sabe?	Pelotas de vinil, cajas de cartón.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado. 2º Único	Elemento principal: Reacción
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Camine en círculo y a una señal realice el movimiento indicado. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Brinque ▪ Levante un pie ▪ Levante brazos ▪ Eleve rodillas <p><u>Frecuencia de movimiento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - patear libremente su globo y desplazarse tras el lo más rápido posible. - Caminar con puntas lo más lento posible. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar a ponerle la cola al burro, con los niños de uno por uno tratarán de ponerle la cola al burro en el dibujo de la pared. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Tratar de silbar “tomar suficiente aire y soltarlo entre los labios. 	<p><u>Reacción</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - caminar de puntas, lanzar una pelota hacia arriba, atraparla y correr a tocar con ella al compañero que se indique, el cual tratará de no ser tocado. - Caminar o trotar y a una señal correr a tocar un objeto mediante una referencia. - Trotar en círculo, a una señal, hacer alto y realizar una actividad identificada por una clave. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Una palmada = gritar ▪ 3 silbatazos = abrazar a un compañero ▪ Graduar la dificultad y graduar poco a poco. - Jugar a “mar y tierra” señalar donde queda el mar y donde queda la tierra, si la educadora dice mar todos correrán hacia tierra, invitar a simular movimientos propios del lugar que se indicó. <p><u>Adaptación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - por equipos jugar con un globo, golpearlo con las manos sin dejarlo caer. <p><u>Juegos tradicionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar a los “quemados” colocar al grupo dividido en dos equipos, un equipo en cada extremo del patio tratar de quemar a los integrantes del equipo contrario tocándolos con la pelota. 	<p><u>Descanso</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - En posición cómoda descansar al escuchar un cuento invitar a alguien a que cuente otro.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Al momento de recibir la pelota que ellos mismos lanzaban, las primeras veces no la lograban cazar, casi al término de la clase, lo volvieron a intentar y la mayoría la cachó. - El juego de mar y tierra, lo realizaron haciendo movimientos sin pensarlos, sólo por inercia.
Organización	Metodología	Material

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “ LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento principal: Equilibrio
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - propiciar el descubrimiento de diferentes formas de caminar al imitar animales. - Correr en círculo, al silbatazo escoger un lugar y hacer alto (sugerir y propiciar varias alternativas) <ul style="list-style-type: none"> ▪ Brincar ▪ Levantar los brazos ▪ Tocar el piso ▪ Gritar fuerte ▪ Sentarse ▪ Acostarse <p><u>Fuerza general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - empujar una pared con las manos y posteriormente con los pies durante dos o tres segundos. - Imitar ranas, conejos y caballos. <p><u>Sincronización</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Entonar la canción “cuando tenga ganas de aplaudir” cuando tenga muchas ganas de aplaudir (se repite) y no tengas intención y no pongas atención no te quedes con las ganas. 	<p><u>Equilibrio</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - En cuclillas cierre los ojos y mantenga el equilibrio por 5 segundos, buscar variantes en diferentes posturas: <ul style="list-style-type: none"> ▪ En avión ▪ Cuatro ▪ Garza - Caminar y a una señal mantener el equilibrio según los puntos de apoyo que se le indiquen. - Caminando, con las manos en la cintura, saltar con un solo pie hacia delante, hacia atrás. - Jugar “1, 2, 3, calabaza”, un niño de frente y de espaldas al grupo es el guardia, el grupo avanza y cuando el guardia volteo y diga 1,2,3, calabaza, todos quedarán quietos. - Jugar a “conejos a su conejera” correr y dispersarse por el patio a la señal de la educadora su aro (conejera y meterse en él) <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ponerse como Pancho Pantera (inhalar) ponerse como Pancho Pantera (exalar) 	<p><u>Higiene</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Platica acerca del baño diario, preguntas y respuestas. - Jugar a que somos hormiguitas y así recoger la basura del jardín.
		Observaciones y Evaluación
Organización	Metodología	Material

PLAN SE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento principal: Orientación
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices Básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - seguir caminos trazados en el piso: <ul style="list-style-type: none"> ▪ brincar ▪ caminar ▪ rodar ▪ gatear ▪ reptar <p><u>juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar a la “roña”: un grupo de niños tratará de pegársela al otro grupo de niños, hasta que a todos se la hayan pegado y viceversa. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - hacer respiraciones profundas después de cada actividad pedir a los niños que inflen y desinflen como un globo. 	<p><u>Flexibilidad general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - De pie tomar el aro, llevarlo dos veces atrás, arriba de la cabeza, al frente, hasta el suelo con flexión del tronco. <p><u>Orientación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Con aros formar una línea recta o curva en el piso. - Correr alrededor de un aro ubicado en el piso y según la indicación, colocarse adentro o afuera del mismo. - Rodar un aro hacia delante y hacia atrás con desplazamientos rápidos o lentos. - Rodar el aro, girar en su lugar y correr a alcanzarlo. - Correr en zig-zag entre aros colocados en el piso. - Jugar al de aros: colocar los aros formando un círculo en el piso, correr desesperados en el patio y a una señal ubicarse en el centro del aro. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hacer respiraciones profundas después de cada actividad comentando a los niños que se inflen y se desinflen como un globo. 	<p><u>Alimentación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - identificar con láminas o de manera objetiva los alimentos nutritivos. <p><u>Actitudes sociales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Compartir algún alimento nutritivo con sus compañeros, ejemplo: agua de fruta, etc.
		Observaciones y Evaluación
		<p><u>Registro</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Se evaluó al niño realizando las actividades de orientación. - Al realizar la actividad de correr en zig-zag se le dificultó para hacer los cambios. - Tras gira al niño en su lugar y correr a alcanzar el aro unos cuantos no coordinaron y se cayeron.
Organización	Metodología	Material
Libre	Aprendizaje a través de la experiencia: Plantear las actividades con varias alternativas de realización que surgirán del mismo grupo	Aros individuales

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2° Único	Elemento principal: Orientación
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar y reunirse con un compañero, después con dos, con tres, etc. <p><u>Frecuencia de movimiento</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Correr a tocar una marca en el piso y regresar a su lugar en el menor tiempo posible. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar al “oso en el hoyo” en un círculo colocar a un alumno en el centro, este tratará de salir del círculo y sus compañeros lo impedirán, el alumno que lo dejó salir pasará al centro. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Tratar de silbar una tonada. 	<p><u>Reacción</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Bajo la consigna ¿quién puede tocar? Indicar un objeto, color y forma, los niños correrán a tocar lo indicado y regresarán lo más rápido posible a su lugar. - Jugar a la mamá pata y sus patitos, bajo la consigna de no moverse de su lugar hasta que escuche “vamos a jugar” dar indicaciones diversas. - adentro y afuera se señalará adentro y afuera tratando de desconcentrar a los alumnos, ellos deberán estar listos a la indicación. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar a blancos y negros, los blancos tratarán de atrapar a los negros y viceversa. 	<p><u>Actitudes sociales.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Por equipos con sus pañuelos formar una cadena larga. <p><u>Descanso</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Buscar una banqueta o un escalón donde descansar subiendo los pies, mientras permanece acostado boca arriba. - Ahí costado realizar una actividad de relajación.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Se evaluó la reacción que tuvo cada niño al realizar las actividades. - Evaluar los aciertos que tuvo cada niño en las actividades.
Organización	Metodología	Material
Individual y por equipos	Solución de problemas: incentivar a los niños hacia las actividades en función de preguntas como: ¿quién puede?, ¿quién sabe?, ¿cómo podemos?	Pañuelos

ATENTAMENTE
EDUCADORA DEL GRUPO

PROFRA. CLAUDIA MORALES R.

PLAN DE SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento principal: Orientación
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar libremente por el patio. ▪ Con puntas ▪ Talones ▪ Parte interna de los pies ▪ Parte externa de los pies. - Saltar por el patio libremente entonando la canción “Pedro conejito” realizar los movimientos de manos que indica la canción. <p>“Pedro conejito tenía una mosca en la nariz, (se repite), la espanto, la espanto y la mosca voló (se repite).</p> <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - imitar un globo que se infla (inhalar), se desinfla (exhalar). <p><u>Flexibilidad general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - tirar una pelota al piso y levantarla flexionando sólo el tronco, flexionando sólo las piernas, flexionando tronco y piernas. 	<p><u>Orientación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Empujar una pelota alrededor de figuras marcadas en el piso. - Rodar una pelota, a una señal detenerla y colocarla: ▪ Arriba ▪ Abajo ▪ Adelante ▪ Atrás - Rodar una pelota y cuando se detenga colocarse en relación a ella: ▪ Lejos ▪ Cerca - Lanzar una pelota a un compañero: ▪ Por arriba ▪ Por abajo ▪ Con una mano ▪ Con la otra ▪ Con las dos - Jugar “quien puede tocarse la parte del cuerpo que se indique con la pelota” <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Por equipos jugar relevos transportando su pelota a un punto determinado, quien 	<p><u>Alimentación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Preguntar a los niños qué desayunaron hoy y hacer algunas recomendaciones sobre alimentos nutritivos. <p><u>Actitudes individuales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Caminar lentamente hasta integrar dos filas para pasar al salón.
		Observaciones y Evaluación
		<ul style="list-style-type: none"> - Se realizará a través de la observación y registro de las actividades. - Que el niño detenga la pelota correctamente. - Se evaluó al niño al lanzar la pelota haciéndolo como se indica.
Organización	Metodología	Material
Libre y por equipos	Solución de problemas: incentivar a los niños hacia las actividades en función de preguntas como ¿quién puede?, ¿quién sabe?, ¿cómo podemos?	Pelotas

Jardín de Niños “LUIS PASTEUR”		Clave: 16DJN0859Z
Fecha	Grado: 2º Único	Elemento principal: Orientación
Parte inicial	Parte medular	Parte final
<p><u>Exp. Motrices básicas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cantar “un animalito” un animalito va a salir de aquí, serán un perrito, será un gatito, qué será, qué será (hacer los movimientos según sea el animalito): ▪ Perrito ▪ Gatito ▪ Caballo <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Simular oler una flor (inhalar) (exhalar) <p><u>Flexibilidad general</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Recoger conchitas en la playa, con flexiones de tronco, al frente, simular recoger conchitas en el piso. <p><u>Juegos tradicionales</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Jugar a los encantados. 	<p><u>Orientación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Según se indique, ejecutar las siguientes acciones: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Abrir y cerrar las manos ▪ Abrir y cerrar los ojos ▪ Manos abiertas, ojos cerrados ▪ Ojos abiertos, manos cerradas. - Caminar libremente y colocarse según se indique: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lejos ▪ Cerca - Por parejas tomados de las manos saltar cerca o lejos de alguna figura pintada en el piso. - Correr libremente y a una señal colocarse frente a frente. - Experimentar con apoyo de otras partes del cuerpo. <p><u>Juegos organizados</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - jugar a los listones, colocando a los alumnos en círculo, por equipos, cada alumno sostiene un listón por un extremo de todos los listones mientras gira el círculo se suben los listones o se bajan según la indicación. <p><u>Respiración</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Simular oler una flor (inhalar) decir su nombre (exhalar). 	<p><u>Alimentación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Tomar agua de fruta previamente preparada. <p><u>Relajación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - observar las nubes mientras se escuchan comentarios sobre la importancia del agua.
Organización	Metodología	Material
Individual y por equipos	Aprendizaje a través de la experiencia: plantear las actividades con varias alternativas de realización que surgirán del mismo grupo.	Listones

RESULTADOS

Al inicio del ciclo escolar se observó a los alumnos, detectando que en la sesión de educación física no realizaban las actividades propuestas en la misma, dichas actividades se realizaban sin interés alguno, por ello mismo se hacía un poco pesada, ya que por esa falta de interés algunos niños no terminaban la sesión y muchas veces se apartaban, a partir de lo anterior y viendo la necesidad de afrontar el problema con el fin de beneficiar tanto al niño como a la educadora, se quiso tratar más a fondo este problema.

Se realizó la ficha de identificación a cada niño para saber un poco más de ellos, de la misma forma se le preguntó al alumno si le gustaba realizar juegos y ejercicios por lo que la mayoría contestó que sí, las respuestas recogidas se registraron y se verificaron.

Fue entonces que surgieron tantas dudas acerca de la impartición de la clase de Educación Física, ¿qué es lo que estaba pasando?, ¿acaso no seguía una secuencia?, ¿faltaba más motivación?, ¿eran actividades inadecuadas para su edad?, tantas eran mis preguntas pero que por falta de experiencia en esa área, no logré definir.

En el mes de febrero se salió al campo, donde caminamos más de hora y media para llegar al lugar, ya estando ahí, los niños sin mostrar cansancio, por el contrario con una energía impresionante, jugaron, brincaron, seguidos de una ligera comida, ya de regreso ningún niño dijo haberse cansado, de esa forma comprobé que el niño disfruta del movimiento, al darme cuenta de ello decidí buscar información e investigar acerca del desarrollo, así como de las actividades adecuadas para impartir las sesiones de Educación Física.

Al estar documentándome en todo lo referente a la educación física, aprendí que el desarrollo de un programa que se lleva a cabo se tiene una secuencia dándole bastante importancia a las fases sensibles del niño, al igual que se le da énfasis al movimiento más que al deporte, sobre todo en la edad preescolar que es en la que se está trabajando el juego siendo éste el principal elemento para el desarrollo del niño.

Con la información anterior me di cuenta que la clase de Educación Física requería de elementos importantes, no sólo se trata de que el niño sea el receptor, donde realice las actividades tal y como dice la educadora, se trata de darle libertad al niño para que piense y exprese.

A partir del mes de marzo se puso en marcha la propuesta, donde se planearon 15 sesiones, de las cuales 3 no se pudieron realizar por diferentes motivos,

Sin embargo las sesiones realizadas fueron satisfactorias sobre todo las últimas ya que conforme al tiempo en cada una iba logrando captar el interés, atención y control de los niños durante la clase. A lo largo de las sesiones aplicadas el niño fue desarrollando la habilidad para brincar con un solo pie, cosa que al principio para la mayoría les era difícil, ya que no controlaban y no tenían la coordinación suficiente para lograrlo.

Dentro del grupo había tres niños que a pesar del entusiasmo de los demás no se integraban a las actividades, también había niños que realizaban los ejercicios pero sin relacionarse con sus compañeros, por lo anterior se les ayudo a cada uno con más atención y afecto, al final se logró total participación e integración entre todos, misma que se dejaba ver en los gestos, opiniones y comentarios durante y después de las sesiones.

Para concluir la propuesta se realizó una evaluación final la cual se basó en la observación de los alumnos, en el desarrollo de cada una de las sesiones y cuyos resultados fueron cambios benéficos de dichos alumnos

BIBLIOGRAFÍA

DICCIONARIO Enciclopédico, Editorial Océano, edición 1998.

ENCICLOPEDIA de la Psicología I, Editorial Océano, Novena edición. MATERIAL
de apoyo

S. E. E. Programa de Educación Física, 1a edición, México, 1995.

S. E. P. Actividades psicomotrices en el Jardín de Niños, México, 1991

S. E. P. Bloque de juegos y actividades en el desarrollo de los proyectos en el Jardín
de Niños, México, Mayo de 1993.

S. E. P. Estudio de la evolución del niño de 3 a 6 años, México 1976.

S. E. P. Programa de educación preescolar, 1a edición, México, 1992. SEPARATA
EDUCACIÓN BÁSICA. Programa para la Modernización Educativa. Poder
Ejecutivo Federal, 1989.

U. P. N. Análisis de la Práctica Docente, S. E. P., México, Noviembre 1995.

U. P. N. Curso Propedéutico, S. E. P., México, Julio 1997.

U. P. N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar, S. E. P., México, 1995.

U. P. N. El campo de lo social y la Educación Indígena I, S. E. P., México, 2a ed,
marzo 1997.

U. P. N. La cuestión étnico-nacional en la escuela y comunidad, 3a ed., S. E. P.
México, 1995.

U. P. N. Metodología de la investigación S. E. P, 2a ed., México, 1995.

U. P. N. Redacción de la Investigación documental. S. E. P., México, 1988.

U. P. N. Sociedad y educación, S. E. P., México, noviembre 1991.

TATZCH Sandra Zeitlin y Lym Taech. Juegos y actividades preescolares, Editorial
Cero, 83 ed., México, 1992

XIX Foro Nacional de Educación Preescolar, ponencias, Editorial Trillas, Morelia,
marzo de 1999.

ZAPATA Oscar. La psicomotricidad y el niño, Editorial Trillas, 1a ed., México, junio
de 1991.